

K.K.T.C.
FİYATI 10.00₺

KIRMIZININ EN GÜZELİ: PANCAR

SEZON BİTMEDEN DENİZDEN MUTFAĞINIZA

HEDİYE KİTAP
40 TARİF

Lezzet

SAYI 256 MART 2018 FİYATI 8.00₺ lezzet.com.tr

ZİYAFET SOFRANIZ BİZDEN

ANTEP'İN USTALARINDAN ENFES TARİFLER

- Ayvalı taraklık tavası
- Yuvarlama
- Ekşili akıtmalı ufak köfte
- Simit kebabı
- Dolangel

ÇAY SAATİ

TAHİN & PEKMEZ İLE TATLILAR

TROPİK İKLİMLERDEN TATLI RÜZGARLAR
MUZ • ANANAS • MANGO

LEZZET KATANLAR
YILDIZ & TOZ ANASON


KAFA TOPUNA ÇIKTIĞINDA
SAÇLARIN DAĞILSA DA
Yakışır
Sana
AVON


BJK
1903
AVON
BEŞİKTAŞ KADIN FUTBOL TAKIMI ANA SPONSORU

Çok lezzetli bir ay

Geri dönüşleriniz, önerileriniz ile güç alıyor, daha çok araştırıyor, daha farklı tarif arayışlarına giriyoruz. İşte bu ay da yine "Yeni ne sunabiliriz, nasıl fark yaratırız?" sorusuyla yola çıktık ve elinizde tuttuğunuz dergiyi oluşturduk.
Kırmızının en güzeli turp ile başladık, ananas, muz ve mango ile tropik iklimlerden tatlı rüzgarlar estirdik.
Sezon bitmeden denizlere açıldık, mutfağımızda ustaları ağırlamak için Antep'e pupa yelken geri döndük! Ayvalı taraklık tavadan yuvarlamaya, ekşili akıtmalı köfteden simit kebabına nefis yemekler yaptık...
Anadolu'nun vazgeçilmez ikilisi tahin ve pekmez ile harika tatlılar hazırladık.
Çok uzaklardan sofranıza anasonu getirdik; anason kremalı Saint Tropez keki de yaptık, anasonlu ayva reçeli de...
Hardal kremalı ve narlı bonfileden fırında pastırmalı ıspanak mücverine, yer elmalı dip sostan çilekli pastaya her güne bir tarif de içeride sizi bekliyor.

Afiyet olsun.

Vecihe Sözeri
vsozeri@doganburda.com


facebook.com/lezzetdergisi

@Lezzet_Dergisi

www.lezzet.com.tr

lezzet_dergisi

İÇİNDEKİLER

MART 2018










MediaCat
Lovemarks
2017
Mediacat önderliğinde, Ipsos tarafından gerçekleştirilen
Türkiye'nin Lovemark'ları 2017 Araştırması'nda TAÇ,
ev tekstili kategorisinin en sevilen markası seçildi.
Detaylı bilgi www.tac.com.tr'de.
ZORLU
/tac
/tacstyle



Yepyeni perdelerle
evinizi taçlandırın...









HAYAT **MUTFAKTA** BAŞLAR

mopa®



ORGANİK MUTLULUĞUN ADRESİ

Doğa ile iç içe tatil deneyimi sunan İksir Resort Town Tatil ve Yaşam Kasabası; organik ve doğal üretim yapan ekoturizm merkezi İksirli Çiftlik ürünlerini e-ticaret sitesi ile müşterilerinin sofralarına ulaştırıyor. Sağlıklı beslenmenin önem kazandığı son yıllarda; İksirli Çiftlik tarafından tamamen doğal yöntemlerle ekilen ve geleneksel yapım şekliyle üretilen Kastamonu yöresine özgü siyez buğdayı ve ürünleri, reçeller, marmelatlar, pekmezler, jöleler, ekşiler, turşular ve tarhanalar gibi yaklaşık 200 çeşit ürün, e-ticaret sitesi aracılığıyla damak tadına düşkün, sağlıklı beslenmek isteyenlere ulaştırılıyor. Ayrıca, İksirli Çiftlik'in Türkiye'de ilk üreticisi olarak organik segmentine kattığı Organik Üryani Eriği Kurusu, Organik Üryani Pestili, Organik Üryani Pelverdesi, Organik Çördük Ekşisi ve Organik Ahlat Ekşisi gibi özel ürünlere de buradan ulaşmak mümkün.



HUZUR BAHÇENİZ



Boğaz'ın gözde semtlerinden Bebek'te geçtiğimiz aylarda kapılarını açan Hidden House; misafirlerine özenle hazırlanmış kahvenin, çayın ve atıştırmalıkların en doğal halini sunuyor. Ev sıcaklığını ve konforunu aratmayan mekanı diğer mekanlardan ayıran önemli özelliklerinden biri de; sahiplerinin hayvan dostu olmaları ve gelirlerinin bir kısmını sokak hayvanları ile paylaşmaları. Hidden House; mis kokulu kahveleri, özel çayları, doğal, organik ve lezzetli atıştırmalıkları ile Bebek'in bir numaralı adresi olmaya başladı bile... Misafirlerine kalite, konfor ve lezzeti bir arada sunan mekan, şehrin popüler semti Bebek'te olmasına rağmen şehrin yoğunluğundan kaçıp sakin bir ortamda mis gibi kahvesini yudumlamak, rahatça kitabını okumak ya da dostlarıyla uzun saatler geçirmek isteyenler için de biçilmiş kaftan.



KATKISIZ EKMEK

Lezzetini 80 yıllık mayasından alan Urban Bread, hafif ve sağlıklı beslenmek isteyenlere çözüm önerisi oluyor. Tadı ve dokusuyla fark yaratan Urban Bread'in tam buğday, siyez, çavdar, spelt, Fransız bageti, cevizli, zeytinli, chia tohumlu gibi çeşitleri bulunuyor. Organik taş değirmen unu, kayatuzu, içme suyu ve ekşi maya kullanılarak yapılan bu ekmeklerde katkı maddesi kullanılmıyor. Özel bir formülle günlük olarak yapılan ekmeklerin hepsi probiyotik açıdan zengin olma özelliği ile hazmı kolaylaştırıyor. Emre Metin ve Emrah Sati tarafından kurulan Urban Bread'in ekmeklerini Gayrettepe Mahallesi Fuat Sarp Sokak, Numara 4 H'den temin edebilirsiniz.

YAPABİLECEKLERİNİZ DÜŞLERİNİZLE SINIRLI

Kendilerine özel kıyafetler tasarlayarak, eşi benzeri olmayan modeller hazırlamak günümüzde birçok kadının hobisi. Hayal gücünün sınırlarında dolaşan birbirinden güzel nakışlar işlemek de bir o kadar keyifli. Dikiş makinelerinde en son teknolojinin ve yeniliklerin temsilcisi PFAFF, şimdi kadınlara PREMIER+ULTRA nakış programını sunuyor.





DOĞAYA 'MERHABA'

Bahar geliyor, doğa uyanıyor... Yeni Zelanda kökenli 'fine jewelery' markası Ariki, doğa harikası tasarımlarıyla bu uyanışı selamlıyor. Ariki ürünlerinin eşsiz dokusunu oluşturan deniz kabuklusu Paua'nın ışık saçan mavisi, broştan kolyeye, küpeden bilekliğe tüm parçalarda göz alıyor. Ariki tasarımları; altın, gümüş, paladyum, kemik ve yeşim taşı seçenekleriyle www.arikiturkiye.com adresinde, Kapalı Çarşı Stonebul Jewel, Punta Design'da ve Divan Hotel Bursa'da satışa sunuluyor.

DOĞAL TEMİZLİK

Nesti Dante; kalite, saflık ve bütünlükten ödün vermeden 1947'den bu yana başta İtalya olmak üzere Avrupa'nın en güzel şehirlerinden biri olarak kabul görmüş ve dünyaya mal olmuş sanat zenginlikleri yaratan sanatçılar çıkarmış Floransa'da, sevgi ve özenle üretiliyor. Günümüzde de geleneksel üretim yöntemi olan kazanla sabun üretimi yapan Nesti Dante, içinde sadece sürdürülebilir tarımdan elde edilmiş saf bitki yağlarını bulunduruyor.



ÖZEL GÜNLERİNİZE...

Mitolojide saflığı, gücü, asaleti, güzelliği ve doğurganlığı simgeleyen ve her kültürde yeri olan zambak çiçeği, Cottonbox'ın 'İris Pembe' nevresim takımı ile hayat buluyor. Özel günler için tasarladığı nevresim takımları ile kullanıcılarına değerli hissettiren Cottonbox, iş ve özel hayatında verdiği emekle kendisinin ve sevdiklerinin hayatını tek tek örerek güzelleştiren, bunu yaparken içine zarafetini, duygusunu ve sevgisini katan kadınlar için güzel bir hediye alternatifi oluşturuyor.





TASARIM PASTALAR

İki asırlık yolculuğunda hem sunduğu lezzetiyle hem de yaratıcı tasırımlarıyla butik pastacılığın öncüsü olan Beyaz Fırın, 2018 düğün pastaları koleksiyonunu görücüye çıkardı. 2018'de modadan güzelliğe, dekorasyondan aksesuara birçok alanda kendini hissettirecek olan 'Metalik' parıltıların cazibesini düğün pastalarına yansıtan Beyaz Fırın'ın 2018 butik pasta koleksiyonun da; yaprak dalları, inciler, altın görünümlü aksesuarlar, altın sarısı, kırmızı ve kahve tonlarında renkler öne çıkıyor.



LEZZET, SEVGİ VE OYUN

Ferah, renkli ve lezzetli bir dünya sunan BEE eat.play.love, çocuk ve yetişkinler için özel olarak hazırlanmış menüleri, sanatsal aktiviteleri, yaratıcı atölye çalışmaları, ailelere yönelik düzenlediği seminerleri ile dikkat çekiyor. Kafe ve çocuk aktivite alanı olmak üzere iki bölümden oluşan BEE'de çocuklar eğitici aktivitelerle keyifli vakit geçirirken, aileleri ise gönül rahatlığıyla eşsiz lezzetleri deneyimliyor.

SUŞİ SEVENLER İÇİN

CHINATOWN'da uzun yıllardır Çinli şef Huang Jiaxiang (Musa Mutlu) tarafından hazırlanan ve beğenilen Çin mutfağı lezzetine, Japon mutfağının geleneksel lezzetlerinden suşiler de zengin çeşitleriyle eklendi. Ülkemizin çağdaş kentleri arasında ön sıralarda yer alan Eskişehir'deki CHINATOWN, bir süre önce büyük yatırımla mekan ve mutfak olarak yenilendi. Ayrıca Sushi Bar'da hizmet vermeye başladı.



EN MODERN MEYHANE

Bu yılın en popüler mekanı, tüm günlerini haftalar öncesinden rezervasyona kapatan, sadece eğlencesi ile değil, yemekleri ile de konuşulan Esnaf Maslak oldu. 80-90'lardan başlayıp günümüze uzayan bir yelpazadeki müzik 22:00 itibarıyla hareketlenmeye başlıyor ve kimi Alaçatı'da ünlenen set üstüne, kimi olduğu yerde mekan kapanana kadar neredeyse hiç yerine oturmadan sürekli dans ediyor. Herkesi aynı anda harekete geçiren Dj Cenk Kurnaz ve ritm ustası Serhat Gönüllü ise mekanın sembolleri arasında.




KORKMAZ
Hayatın lezzeti
Hasbahçe Hatayi
Hasbahçe Hatayi Yemek Takımı
Bone Porcelain • 90 Parça
12 Supla Tabağı
12 Servis Tabağı
12 Yemek Tabağı
12 Çorba Kasesi
12 Tatlı Tabağı
12 Ekmek Tabağı
2 Derin Salata Tabağı
6 Adet Küçük Kayık Tabak
2 Adet Küçük Kayık Tabak
1+1 Adet Çorbalık + Kapak
1+1 Sosluk ve Sosluk Altı
1+1 Tuzluk ve Biberlik
1 Tuzluk ve Biberlik Altı
1 Kürdanlık
www.korkmaz.com.tr /lezzetuzmani /lezzetuzmani /lezzetuzmani



GERÇEK ZEYTİNLE TANIŞIN

Eski Tadında; doğal ortamda, ilaçsız yetişen zeytinleri özenle topladıktan sonra kimyasalların ve katkı maddelerinin icat edilmediği dönemlerdeki yöntemleri uyguluyor. Piyasada yaygın olarak kullanılan limon tuzu olarak bilinen sitrik asit, sirke ruhu adıyla bilinen asetik asit, laktik asit ve benzeri katkı maddeler kullanılmadan yalnızca içme suyu ve tuzla hazırlanan yeşil zeytin, aslında olması gereken gerçek tadıyla büyülüyor. www.eskitadinda.com



TAZE TAZE EVİNİZDE

Türkiye'nin en büyük doğal tarım çiftliği hasanbey.com, kendi arazisinde yetiştirdiği, kaynağı belli olan, hormonsuz ve kimyasal yıkama yapılmamış doğal sebze ve meyvelerini, süt ve süt ürünlerini gün içinde saat 13:00'a kadar sipariş ettiğinizde, aynı gün akşam 22:00'a kadar soğutuculu özel aracı ile evinize teslim ediyor. Hasanbey.com'dan vereceğiniz ürünlerin tamamı kendi çiftliğinden kaynağı belli olarak artık aynı gün evinizde...

YENİ NESİL TATLILAR

Tatlıya bakış açısında devrim yaratan Danissimo, yepyeni 'Limon Cheesecake' ve 'Çikolatalı Gofret Topları' seçenekleri ve yenilenen ambalajıyla enfes lezzetler sunmaya devam ediyor. Yeni nesil tatlı Danissimo, "Yoğurttan tatlı olur mu?" diyenleri yeni lezzetlerini denemeye davet ediyor. Danone Türkiye Sütlü Ürünler'in geçtiğimiz yıl 'yeni nesil' tatlı konumlandırmasıyla pazara iddialı bir giriş yapan ürünü 'Danissimo', iddiasını ürün gamına kattığı yeni lezzetleriyle devam ettiriyor.





SINIRSIZ BİR YAŞAM ALANI

İntema Yaşam'ın kirala&pişir mutfak konsepti içerisinde satın almadan deneme fırsatı sunan ve kullanım kolaylığıyla dikkat çeken Baz: Biz mutfak, kullanıcıların alışkanlık ve ihtiyaçlarına göre özelleştirebileceği, rahatça hareket edebileceği sınırsız bir yaşam alanı olarak öne çıkıyor. Müşterilerinin mutfakta geçirdiği her dakikaya değer veren İntema, mutfağı evin kalbine taşıdığı tasarımlarıyla kullanıcılara yenilikçi bir mutfak deneyimi yaşatıyor. İntema ile mutfaklar hem yemek yapmanın hem de birlikte vakit geçirmenin keyfine varılan yeni yaşam alanına dönüşüyor.

KARAKÖY'ÜN EN BOL MÜDAVİMLİSİ

Açıldığı günden bu yana kendi müdavimlerini oluşturan ve Karaköy'ün en beğenilen mekanlarından olan Ma'Na; gerek menüsündeki birbirinden lezzetli seçenekleri, gerek güler yüzlü personeli, gerekse dekorasyonu ve ambiyansı ile misafirlerine eşsiz bir deneyim sunuyor.





YENİ ŞUBESİ MERSİN'DE AÇILDI

Türkiye'nin tek butik kahve zinciri olan Gönül Kahvesi, Türkiye'de ve dünyada büyümeye devam ediyor. Yurt içi ve yurt dışı toplam şube sayısı 90'a ulaşan marka, 14 Şubat 2018 tarihinde Mersin / Üniversite Caddesi'nde misafirlerinin hizmetine girdi. Gönül Kahvesi, sadece yurt içinde değil, yurt dışında da hedeflerine ulaşma doğrultusunda şube sayısını artırmaya devam ediyor.

KENDİ MUTFAĞINIZIN ŞEFİ OLABİLİRSİNİZ

VegetaSebzeli Çeşni, doğal taze sebze, baharat ve otları büyük bir ustalıkla harmanlıyor. Yemeklerinize katacağınız bir tutam Vegeta ile herkes size tariflerinizin sırrını soracak! Uzun yıllar Akdeniz mutfağının meşhur şeflerinin sırrı olan Vegeta Çeşni ile siz de mutfağınızın şefi olabilirsiniz.



HİNDİSTAN CEVİZİNİN MUCİZESİ

Son yıllarda popülaritesi hızla artan Hindistan cevizinin faydaları saymakla bitmiyor. Kalbe, cilde ve mideye yararları ile bilinen meyve, virüslere karşı da direnç sağlıyor. Özel üretim metodu sayesinde hafif, tatlı ve çok lezzetli bir tada sahip olan Cocofina Organik Hindistan Cevizi Yağı; yemeklerde, saç ve vücut nemlendirmede kullanılabiliyor. Vejetaryenler ve veganlar için de uygun.



EĞLENCELİ KAHVALTI

Çocukların ve annelerin çok sevdiği Nesquik'ten bir yenilik daha... Çocukların güne iyi bir başlangıç yapmasında ve dengeli beslenmesinde önemli rol oynayan Nesquik kahvaltılık gevrekler, içeriğini ve lezzetini koruyarak 'Nesquik Tam Tahıllı Bar' haliyle raflarda yerini aldı.



GÜNE BAŞLAMANIN *en vitaminli yolu*

Sağlıklı ve pratik bir öğün için yapabilecekleriniz sınırsız. Renkleriyle kendilerine çeken, tadıyla cezbeden smoothieler ise sağlıklı ve hafif beslenmek isteyenler için ideal. Hafif ve sağlıklı içeceklerinizi **Beko Vitaminist** ile hazırlayabilirsiniz.

Mango, içerdiği lifler sayesinde kötü kolesterolün düşürülmesine yardımcı olur.

MANGO SMOOTHIE

1 KİŞİLİK

MALZEMELER

- **1/2 su bardağı ananas suyu**
- **1/2 su bardağı yoğurt**
- **1/2 su bardağı doğranmış ananas**
- **1/2 su bardağı doğranmış mango**
- **1 muz**
- **1 tatlı kaşığı rendelenmiş zencefil**

HAZIRLANIŞI

Tüm malzemeleri Beko Vitaminist'in taşınabilir şişesine alın. Şişeden içme ağızlığı özelliği sayesinde tüm gün yanınızda taşıyın.

Bağışıklık sistemini güçlendirici etkisi olan ıspanağın aynı zamanda vücudu kansere karşı koruyucu etkisi vardır.

ISPANAKLI SMOOTHIE

1 KİŞİLİK

MALZEMELER

- **2 su bardağı ıspanak**
- **1 armut**
- **1.5 su bardağı su**
- **1 tatlı kaşığı toz zencefil**
- **1 tatlı kaşığı limon suyu**

HAZIRLANIŞI

Tüm malzemeleri Beko Vitaminist'in taşınabilir karıştırma şişesine alıp karıştırın. Böylece evde hazırladığınız sağlıklı içecek, günün her anında yanınızda olsun.

GÜÇLÜ VE PRATİK

İki kademeli hız ayar seçeneği ile kullanılan malzemenin dokusuna göre işlem yapılmasını sağlayan Beko Vitaminist, mutfak tezgahı ve benzeri alanlarda güvenle kullanılabiliyor. 22.000 RPM dönüş hızı ve 350 W motor gücünün yanı sıra 600 ml Tritan taşınabilir karıştırma şişesi, şişeden içme ağızlığı ve paslanmaz çelik parçalama bıçağı, Beko Vitaminist'in öne çıkan özellikleri arasında yer alıyor. Beko Vitaminist, başta beslenmesine dikkat edenler ile çalışanlar ve aktif spor yapanlar için son derece ideal bir kullanım sağlıyor.



Önemli bir antioksidan kaynağı olan ahududu, aynı zamanda vücuttaki zararlı toksinlerin dışarı atılmasını sağlar.



MEYVELİ SMOOTHIE

1 KİŞİLİK

MALZEMELER

- **Yarım su bardağı ahududu**
- **1 muz**
- **2 portakal**
- **Yarım su bardağı yoğurt**

HAZIRLANIŞI

Tüm malzemeleri iki kademeli hız ayar seçeneği ile kullanılan, malzemenin dokusuna göre işlem yapılmasını sağlayan Beko Vitaminist'in 600 ml'lik Tritan taşınabilir karıştırma şişesine alıp karıştırın.



YABAN MERSİNLİ SMOOTHIE

1 KİŞİLİK

MALZEMELER

- **2 yemek kaşığı chia tohumu**
- **2 su bardağı süt**
- **3 küçük muz**
- **1 su bardağı yaban mersini**
- **1 çay bardağı frenk üzümü**

HAZIRLANIŞI

Tüm malzemeleri Beko Vitaminist'in taşınabilir karıştırma şişesine alıp karıştırın.

Yaban mersini kan şekerinin düzenlenmesinde etkili rol oynar.

HARDAL KREMALI VE NARLI BONFİLE

2 KİŞİLİK

MALZEMELER

- **4 dilim bonfile (İnce dilimlenmiş)**
- **200 ml krema**
- **1 yemek kaşığı dijon hardalı**
- **1 tatlı kaşığı tereyağı**
- **Deniz tuzu**
- **Karabiber**
- **1/4 demet dereotu**
- **1 yemek kaşığı nar taneleri**

HAZIRLANIŞI

1 Tereyağında 1'er dakika arayla bonfilelerin her iki tarafını kızartıp kenara alın.

2 Bonfileleri kızarttığınız aynı tavanın içine kremayı, hardalı ilave edin. Çok kısık ateşte sosu karıştırarak ısıtın. Nar tanelerini, kıyılmış dereotunu, taze çekilmiş deniz tuzu ile karabiberi ekleyerek tatlandırın. Hazırladığınız sosu bonfilelerin üzerine dökün. Hemen servis yapın.

SERVİS ÖNERİSİ
Havuç püresi eşliğinde servis edebilirsiniz.

Etli pazartesi

Ziyafet sofranız BİZDEN

Kalıpların dışına çıkıp farklı sofralar hazırlamak istiyorsanız, her gün için ayrıcalık yaratacak bu tariflerimizi muklaka yapın.

YAPIM VE STYLING: Lezzet MutfakStudio I FOTOĞRAFLAR: SEZER ALÇINKAYA
SERVİS TABAKLARI VE AKSESUARLAR: LezzetMutfak Studio



PİLİÇ TİKKA

4 KİŞİLİK

MALZEMELER

- 750 g tavuk göğüs eti (Küp küp doğranmış)
- 100 g süzme yoğurt
- 1 çorba kaşığı rendelenmiş taze zencefil
- 2 diş sarımsak (Havanda dövülmüş)
- 1 tatlı kaşığı acı toz biber
- 1 tatlı kaşığı kişniş tohumu
- 1 çay kaşığı tuz
- 3 çorba kaşığı limon suyu
- 1 limonun rendelenmiş kabuğu
- 3 çorba kaşığı sıvı yağ

HAZIRLANIŞI

1 Derin bir kabın içinde tavuk dışındaki tüm malzemeyi harmanlayın. Küp küp doğradığınız tavuk parçalarını bu kabın içine ekleyip sosunun iyice karışmasını sağlayın. Üzerini kapatıp bir gece boyunca buzdolabında bekletin ki, baharat tavuk etleriyle iyice marine olsun.

2 Tavuk etlerini yeterince dinlendirdikten sonra önceden ısıtılmış kızgın bir tavada 5-6 dakika kadar kızartın. Servis tabaklarına alın, sıcak servis yapın.

Geleneksel çarşamba

YARMA MISIRLI ISIRGAN OTU ÇORBASI

4 KİŞİLİK MALZEMELER

- **1 demet ısırgan otu**
- **Yarım su bardağı yarma mısır**
- **1 patates**
- **2 soğan**
- **1 yemek kaşığı tereyağı**
- **3 yemek kaşığı zeytinyağı**

HAZIRLANIŞI

1 Yarma mısırları bir tencereye alıp üzerine 10 bardak kadar su ilave edin. Su kaynadıktan sonra mısırları orta ateşte, yarım saat haşlayın.

2 Isırgan otunu temizlemek için ince bir eldiven giyin. Isırgan otlarını bir kabın içerisine alın ve üzerini geçecek kadar su ilave edin. İlk suyuna 2 yemek kaşığı sirke ekleyin. 10 dakika bekletip süzün. Isırgan otlarını 3-4 kez hiç kum kalmayacak şekilde yıkayın. Daha sonra üzerine kaynar su dökün ve 5 dakika bekletip süzün. Soğuduktan sonra kıyın.

3 Patatesleri soyup küp doğrayıp, tencerede zeytinyağını ısıtıp kavurun. Isırgan otlarını ilave edin ve 1-2 dakika daha kavurun. Üzerine haşladığınız yarma mısırları ekleyin ve yaklaşık 10-12 bardak su (Tavuk suyu ya da et suyu) ve tuzu ilave edin. Çorba suyu kaynamaya başlayınca orta ateşte 10 dakika pişirin.

4 Ayrı bir tavada tereyağında piyazlık doğradığınız soğanları ara sıra karıştırarak 8-10 dakika kavurun.

5 Çorbayı blenderda iyice ezin. Çorbayı servis kaselerine paylaştırın. Üzerine taze çekilmiş karabiber ve önceden karamelize ettiğiniz soğanları yerleştirin. Sıcak servis yapın.

30 dakikada perşembe

FIRINDA PASTIRMALI ISPANAK MÜCVERİ

4 KİŞİLİK MALZEMELER
- **2 kg ıspanak**
- **3 yumurta**
- **1 çay bardağı zeytinyağı**
- **1 su bardağı süzme yoğurt**
- **1 çay bardağı ceviz içi**
- **2 su bardağı un**
- **1 paket kabartma tozu**
- **Yarım demet taze soğan**
- **100 g süzme peynir (Çatalla ezilmiş)**

ÜZERİ İÇİN
- **Çörek otu**
- **Susam**

HAZIRLANIŞI

1 Ispanakları yıkayıp süzdükten ve ince ince kıydıktan sonra tuz ilave ederek avucunuzun içinde iyice ovun ve fazla suyunu sıkın. Büyük bir kaba aktarın. İçine yumurtaları kırın, zeytinyağını, yoğurdu, ince doğranmış taze soğanı, çatalla ezilmiş süzme beyaz peyniri, unu, kabartma tozunu, tuzu ve karabiberi ekleyin. İyice karıştırın.

2 Elde ettiğiniz ıspanaklı mücver hamurunu yağlanmış küçük kek kalıplarına paylaştırın. Üzerlerine çörek otu ile susam karışımından serpin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında, 20-25 dakika pişirin.



TAVUKLU VE AVOKADOLU DÜRÜM

2 KİŞİLİK MALZEMELER

- 2 avokado (Olgun ve yumuşak)
- 3 dal dereotu (Kıyılmış)
- 1 tatlı kaşığı limon suyu
- 1 çay kaşığı pul biber
- Tuz
- Taze çekilmiş karabiber
- 2 lavaş ekmeği
- 1 parça tavuk göğüs eti (Haşlanmış)

TAVUKLU SALATANIN SOSU İÇİN

- 1 çay bardağı süzme yoğurt
- 1 yemek kaşığı krem peynir
- 1 kahve fincanı bezelye (Haşlanmış)
- 1 yemek kaşığı mısır (Haşlanmış)
- 2-3 mini kornişon turşu (Doğranmış)
- 2 dilim jambon (Küp doğranmış)

HAZIRLANIŞI

1 Haşlanmış tavuk göğüs etini didikleyin. Sosu için tüm malzemeyi derin bir kapta karıştırın ve didiklediğiniz tavuk etini ilave edip harmanlayın.

2 Avokadoyu çatalla ezin. Limon suyunu, pul biberi, tuzu, taze çekilmiş karabiberi ekleyip karıştırın.

3 Lavaş ekmeklerinin her iki tarafını ısıtın. Üzerine avokado sosu sürün, tavuklu salatayı bir kenarına yerleştirin ve rulo şeklinde sarın. Ortadan ikiye verev kesip servis yapın.

TAZE SARIMSAKLI VE YER ELMALI DİP SOS

1 KASE İÇİN MALZEMELER

- **2 dal taze sarımsak**
- **5-6 yer elması**
- **3 çorba kaşığı zeytinyağı**
- **5-6 dal dereotu**
- **Yarım paket labne peyniri**
- **1 çorba kaşığı süzme yoğurt**
- **1 çay bardağı ceviz içi (İri çekilmiş)**

ÜZERİ İÇİN

- **3-4 dal frenk soğanı (Süslemek için)**

HAZIRLANIŞI

1 Yer elmalarını yumuşayana kadar haşlayın. Taze sarımsakları ve haşlanmış yer elmalarını küçük küçük doğrayıp zeytinyağında kavurun. Ocaktan alın, ılınınca ince kıyılmış dereotunu ekleyin.

2 Ayrı bir kapta çırpılmış labne peynirini, iri çekilmiş ceviz içini ve süzme yoğurdu ilave edin. Karıştırıp kızarmış ekmeklerin üzerine paylaştırın. Üzerlerini ince kesilmiş frenk soğanı ile süsleyerek servis yapın.



Cumartesi partisi



Tatlı pazar

ÇİLEKLİ PASTA

6 KİŞİLİK MALZEMELER

PANDİSPANYASI İÇİN

- **3 yumurta**
- **125 g pudra şekeri**
- **125 g elenmiş un**
- **1 paket kabartma tozu**
- **1 paket vanilya**

PASTACI KREMASI İÇİN

- **2.5 su bardağı süt**
- **1 çay bardağı toz şeker**
- **1 çorba kaşığı nişasta (Tepeleme)**
- **1 çorba kaşığı un (Tepeleme)**
- **2 yumurtanın sarısı**
- **1 çorba kaşığı tuzsuz tereyağı veya margarin**
- **100 ml krema**
- **1 paket vanilya**
- **100 g beyaz çikolata**

ARASI VE ÜZERİ İÇİN

- **Bütün çilek ve hazır krokan parçaları**

HAZIRLANIŞI

1 Pandispanya için yumurtaları ve şekeri köpük köpük olana kadar çırpın. Elenmiş unu, kabartma tozunu ve vanilyayı ilave edin. Spatula ile alttan üste doğru havalandırarak köpüğü söndürmeden karıştırın. Orta boy bir kelepçeli kalıbın tabanını yağlı kağıtla kaplayıp, hamuru kalıbın içine dökün. Fırının alt rafına ısıya dayanıklı, içi su dolu bir kaba koyun. Kelepçeli kalıbı da orta rafa yerleştirin. Önceden ısıtılmış 170 derece fırında 40-45 dakika pişirin.

2 Pastacı kreması için tereyağı ve krema dışındaki tüm malzemeyi sos tenceresine alın. Çok kısık ateşte, muhallebi kıvamına gelene kadar pişirin. İndirmeye birkaç dakika kala tereyağını, kremayı ve beyaz çikolatayı ekleyin. İyice karıştırıp pütürsüz bir kıvam elde edince ocaktan alın. Arada bir çırpıp pütürleşmesini önleyerek soğutun.

3 Pişen pandispanyayı enine ikiye kesin, arasına önce pastacı kremasını yayın, hemen üzerine doğranmış çilekleri ve krokan parçalarını serpin. Üzerine ikinci pandispanya katı yerleştirin. Kremadan yayın. Yapraklarıyla birlikte bütün çilekleri de yerleştirip soğutun ve dilimleyerek servis yapın.

DAHA ÇOK EĞLENİN
DAHA İYİ ÖĞRENİN

KidzMondo'da
meslekleri deneyimleyerek daha çok eğlenin, daha iyi öğrenin.
Hepinizi KidzMondo'ya bekliyoruz.



TRUMP İSTANBUL

#kidzmondoistanbul | www.kidzmondoistanbul.com

SPONSORLARIMIZ

Hürriyet

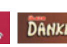
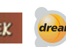


PEGASUS ÜLKER

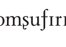

















Bu çorbalar İÇİNİZİ ISITACAK

Soğuk kış günlerinin en güzel ilacıdır çorbalar... Mevsim sebzelerinden vitamini yüksek, tadı damakta bırakacak pratik tariflerimizi mutlaka deneyin.

YAPIM VE STYLING: Lezzet MutfakStudio I FOTOĞRAFLAR: SEZER ALÇINKAYA
SERVİS TABAKLARI VE AKSESUARLAR: Lezzet MutfakStudio

PAZILI SEBZE ÇORBASI

4 KİŞİLİK
MALZEMELER

- **1 demet pazı (400-500 g)**
- **2 dal pırasa**
- **1 küçük boy patates**
- **2 yemek kaşığı tereyağı**
- **1.5 litre tavuk suyu**
- **Tuz**
- **Rendelenmiş muskat**

ÜZERİ İÇİN

- **4 dilim pastırma**
- **1 tatlı kaşığı zeytinyağı**
- **Kruton ekmek küpleri**

HAZIRLANIŞI

1 Tereyağını eritip, gelişigüzel doğradığınız pırasa ile patatesi kavurun. İnce kıyılmış pazıları ve tuzunu ekleyin. 5 dakika kavurduktan sonra sıcak tavuk suyunu dökün. Tencerenin kapağını kapatın, orta ateşte yarım saat pişirin. Ocaktan alın, blender ile püre haline getirin. Tekrar ocağın üzerine alın, birkaç taşım kaynatın. En son rendelenmiş muskat serpin.

2 Pastırmaları küçük parçalara bölüp zeytinyağında kavurun. Çorbayı servis kaselerine paylaştırıp üzerine pastırma serpin ve krutonlar ile sıcak servis yapın.



KUZU ETLİ VE KİŞNİŞLİ ENGİNAR ÇORBASI

4 KİŞİLİK

MALZEMELER

- 300 g kuzu gerdan eti
- 10 su bardağı su
- 2 enginar (Temizlenmiş)
- 1 havuç
- 1 patates
- 2 yemek kaşığı iri yarma mısır
- 1 su bardağı yoğurt
- 1 yemek kaşığı un
- 3 dal taze kişniş
- Tuz
- Taze çekilmiş karabiber

ÜZERİ İÇİN

- 1 yemek kaşığı tereyağı
- Kruton ekmek küpleri
- 1 dal kişniş

HAZIRLANIŞI

1 Sebzeleri küp şeklinde doğrayın. Kuzu gerdan etini tencereye alın, 10 bardak su ilave edin. 40 dakika haşlayın. Eti suyun içinden alın, ılınınca kemiklerinden ayırarak yemek kaşığına sığacak şekilde didikleyin. Eti haşladığınız suyu süzüp ayrı bir tencereye aktarın. Suyu ocağın üzerine alın. Su kaynayınca içine didiklediğiniz eti, küp doğradığınız sebzeleri, yarma mısırı ilave edin. Kısık ateşte mısırlar yumuşayıncaya kadar pişirin.

2 Ayrı bir kapta yoğurdu, unu, ince kıyılmış taze kişnişi, tuzu ve taze çekilmiş karabiberi karıştırın. Kaynamakta olan çorbanın suyundan birkaç kaşık kadarını alıp yoğurtlu karışıma ekleyip karıştırın. Hazırladığınız yoğurtlu karışımı kaynayan çorbaya ilave edin. 5 dakika daha pişirip ocaktan alın.

3 Üzeri için tereyağında kavrulmuş ekmek küplerini ve taze kıyılmış kişnişleri serpin. Sıcak servis yapın.

SERVİS ÖNERİSİ
Kızarmış baget ekmeğin üzerine rendelenmiş mozzarella peyniri ve maydanoz karışımından serpin, fırında peynirler eriyinceye kadar bekletin. Çorba ile birlikte servis yapın.

KREMALI PIRASA ÇORBASI

4 KİŞİLİK MALZEMELER
- **3 dal pırasa (İnce doğranmış)**
- **1 dal kereviz sapı**
- **2 yemek kaşığı tereyağı**
- **1.5 litre tavuk suyu (Veya sade su)**
- **2 yemek kaşığı un**
- **2 yumurtanın sarısı**
- **1 çay bardağı krema**
- **Tuz**
- **Taze çekilmiş karabiber**

HAZIRLANIŞI

1 Tereyağını eritip, küçük küçük doğradığınız pırasaları 3-4 dakika kavurun. Unu ilave edip sürekli karıştırarak birkaç dakika daha kavurun. Tavuk suyunu ve irice doğradığınız kereviz sapını ekleyin. Orta ateşte 15 dakika haşlayın.

2 Pırasalı tavuk suyunu süzün. Pırasaların yarısını blenderda püre haline gelene kadar ezin. Suyuyla birlikte tekrar ocağın üzerine alın. Pırasaların yarısını püre haline getirin, yarısını da parçalı olarak bırakın. Orta ateşte birkaç taşım kaynamaya bırakın.

3 Meyanesi için yumurta sarılarını çırpın, kremayı ekleyip 1-2 dakika daha çırpın. Elde ettiğiniz karışıma kaynamakta olan çorbanın suyundan birkaç kaşık kadarını alıp ılıtın. Meyanesini kaynamakta olan çorbaya yavaşça ekleyip çırpın. Ocaktan alın, tuzunu ve karabiberini ekleyip tatlandırarak servis yapın.

SERVİS ÖNERİSİ
Çorbaların üzerine tereyağında kavrulmuş pul biber yağı gezdirebilirsiniz.

TAVUK ETLİ VE KİNOALI ÇORBA

4 KİŞİLİK MALZEMELER

- 1 parça tavuk göğüs eti
- 1 küçük boy havuç
- Yarım demet maydanoz sapı
- 2 defne yaprağı
- 3 tane karabiber
- 2 arpacık soğan (Veya küçük boy normal soğan)
- 1 küçük boy patates
- 10 su bardağı su
- 2 yemek kaşığı tereyağı
- 2 yemek kaşığı un
- 1 kahve fincanı sirke
- 1 yumurta
- 3 yemek kaşığı yoğurt
- Tuz
- 1 yemek kaşığı kırmızı kinoa

HAZIRLANIŞI

1 Tavuk etini tencereye alın. İrice doğranmış havucu, maydanoz saplarını, defne yapraklarını, kabuğuyla birlikte arpacık soğanları, patatesi ve tane karabiberleri ekleyin. En son 10 su bardağı su ilave edin. Orta ateşte, yarım saat pişirin.
2 Tavuk etini suyun içinden alın, ılınınca kaşığa sığacak şekilde didikleyin. Sebzenin suyunu da süzgeçten geçirerek hafifçe püre haline getirin. Tavuk suyunuz hazır.
3 Bir kasede yumurtayı, sirkeyi, tuzu ve yoğurdu iyice karıştırın. Tereyağını eritip unu kavurun. Üzerine azar azar et suyunu ekleyerek karıştırmaya devam edin. Yumurtalı karışımdan azar azar kaynayan suya yedirerek ekleyin. Bu sırada kinoaları da ilave edin. Hızlıca karıştırarak kıvamı koyulaşana dek yaklaşık 15 dakika kaynatın. En son didiklediğiniz tavuk etlerini ekleyin. Birkaç taşım kaynattıktan sonra ocaktan alıp servis kaselerine paylaştırın.

BUĞDAYLI SEBZELİ YOĞURT ÇORBASI

4 KİŞİLİK

MALZEMELER

- **1 kahve fincanı buğday (Suda bekletilmiş)**
- **2 litre su**
- **4-5 adet Brüksel lahanası**
- **1 enginar (Temizlenmiş)**
- **200 g süzme yoğurt**
- **1 yemek kaşığı un**
- **1 yumurtanın sarısı**
- **1 yemek kaşığı tereyağı**
- **1 yemek kaşığı sıvı yağ**
- **Tuz**
- **Kuru nane**

HAZIRLANIŞI

1 Buğdayı birkaç kez yıkayıp süzdükten sonra tencereye aktarın. Suyu ilave edin. Buğdaylar yumuşayana kadar haşlayın. Ayrı küçük bir tavada sıvı yağı ısıtıp, küp doğranmış enginar ile her biri 4'e bölünmüş Brüksel lahanalarını sote edin. Ocaktan alın.

2 Buğdaylar yumuşayınca sebzeleri içine atın. 5 dakika kaynatın. Ayrı bir kasede süzme yoğurdu, yumurta sarısını, birkaç yemek kaşığı kaynayan çorbanın suyunu, unu ve kuru naneyi karıştırın. Bu karışımı kaynamakta olan çorbaya yavaş yavaş ekleyin. Hızlıca karıştırıp birkaç taşım kaynattıktan sonra, en son tuzu ve tereyağını ilave edin. 1 dakika daha kaynatıp ocaktan alın. Sıcak servis yapın.









BALKABAKLI SARI MERCİMEK ÇORBASI

4 KİŞİLİK MALZEMELER

- **1 soğan**
- **1 yemek kaşığı sıvı yağ**
- **1 havuç**
- **1 patates**
- **1 su bardağı sarı mercimek**
- **1 dilim balkabağı (100-150 g)**
- **3-4 yaprak kereviz**
- **1 yemek kaşığı tereyağı**
- **1 çay kaşığı zerdeçal**
- **7 su bardağı su (Et veya tavuk suyu da olur)**
- **Tuz**
- **Taze çekilmiş karabiber**
- **Kimyon**

ÜZERİ İÇİN

- **2 dal nane**
- **2 dal maydanoz**
- **2 dal dereotu**
- **1 çay kaşığı çörek otu**
- **1 su bardağı tulum peyniri**

HAZIRLANIŞI

1 Mercimekleri ılık suda yarım saat beklettikten sonra bol suyla yıkayıp süzün. Zar şeklinde doğranmış soğanı sıvı yağda kavurun. Küp doğranmış havucu, patatesi, balkabağını ve zerdeçalı ekleyin. 10 dakika boyunca kavurun. Kaynar suyu, yıkayıp süzdüğünüz mercimekleri ve kereviz yapraklarını ilave edin. Tencerenin kapağını kapatın, orta ateşte yarım saat pişirin.

2 Tencereyi ocaktan alın ve blender yardımı ile içindekileri püre haline getirin. Tekrar ocağın üzerine alın. Tuzunu, tereyağını, taze çekilmiş karabiber ile kimyonu ekleyerek tatlandırın. 5 dakika daha kaynatın. Servis kaselerine paylaştırın. Üzerine yeşillik, çörek otu ve tulum peyniri karışımından 1 tatlı kaşığı kadarını paylaştırın. Sıcak servis yapın.



Uzaklardan mutfağınıza

YILDIZ & TOZ ANASON

Özellikle Hint mutfağında tuzlu yemeklerde bolca kullanılan, Çin'in ise en ünlü beş baharatından biri olan yıldız anason ile yapabilecekleriniz sınırsız. Tatlılarda da rahatlıkla kullanabileceğiniz anason ile sıra dışı lezzetler yakalamaya hazır mısınız?

YAPIM VE STYLING: Lezzet MutfakStudio I FOTOĞRAFLAR: SEZER ALÇINKAYA
SERVİS TABAKLARI VE AKSESUARLAR: MUDO CONCEPT

TOZ ANASON
Maydanozgillerden olan anason bitkisinden elde edilen, ortalama yarım metre büyüyen, yaprakları yuvarlak, çiçekleri beyaz renkte, meyveleri yumurta biçiminde olan tüylü ve beyazımtırak renkte olan bir bitkidir. Faydaları saymakla bitmez; öksürük yatıştırıcıdır, balgam söker, mideyi güçlendirir, gaz söktürücüdür.

YILDIZ ANASON
Adını yıldız şeklinde olan meyvelerinden alan yıldız anason; Güney Çin, Hint ve Endonezya kültürel mutfaklarında oldukça sık kullanılan bir bitkidir. Hazımsızlığa, iştahsızlığa, bağırsaklarda oluşan gazlara karşı doğal bir koruyucu olma özelliği de vardır.



ANASON KREMALI SAINT TROPEZ KEKİ

6-8 KİŞİLİK

MALZEMELER
- **2 yumurta**
- **1.5 çay bardağı toz şeker**
- **1 çay bardağı süt**
- **100 g eritilip ılınmış margarin**
- **2 su bardağı un**
- **1 tutam tuz**
- **1 paket kabartma tozu**

KREMASI İÇİN
- **1 çay bardağı toz şeker**
- **2 su bardağı süt**
- **1 yemek kaşığı un**
- **1 yemek kaşığı mısır unu**
- **1 çay kaşığı anason tohumu (Havanda ezilmiş)**
- **2 yumurta**
- **1 çay bardağı krema**

ÜZERİ İÇİN
- **1 yemek kaşığı pudra şekeri**

HAZIRLANIŞI

1 Hamur için yumurta ile şekeri köpük köpük olana dek çırpın. Sütü ve eritilip ılınmış margarini ekleyin, 1 dakika daha karıştırın. En son kuru malzemeyi ilave edip mikserle 1 dakika daha çırpın. Hazırladığınız kek hamurunu yağlanmış yuvarlak (Çapı 20-22 cm'lik) kek kalıbına dökün. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 35-40 dakika pişirip fırından alın.

2 Kek soğuduktan sonra yatay bir şekilde ortadan ikiye kesin.

3 Krema için tüm malzemeleri karıştırın. Kısık ateşte, yoğun bir krema kıvamını alana dek pişirin.

4 Kekin taban kısmına pişirdiğiniz kremayı yayın ve üzerine ikinci katı yerleştirip, pudra şekeri serpin ve servis yapın.

ANASONLU VE YOĞURTLU İÇECEK

6 KİŞİLİK
MALZEMELER
- **2 su bardağı su**
- **2 su bardağı yoğurt**
- **1 çay kaşığı tuz**
- **5-6 yaprak taze nane**
- **Yarım çay kaşığı anason tohumu (Havanda ezilmiş)**

HAZIRLANIŞI
Tüm malzemeyi blendera aktarın. Pürüzsüz bir kıvam elde edene kadar çırpın. Servis bardaklarına paylaştırın. Soğuk servis yapın.

ANASONLU PATATES PÜRELİ TAS KEBABI

4 KİŞİLİK
MALZEMELER
- **500 g kuzu kuşbaşı et**
- **2 yemek kaşığı tereyağı**
- **1 büyük boy soğan**
- **1 yemek kaşığı domates salçası**
- **Tuz**
- **Taze çekilmiş karabiber**
- **1 dal taze kekik**
- **3-4 su bardağı sıcak su**

PATATES PÜRESİ İÇİN
- **1 kg patates**
- **1 çay kaşığı anason (Toz halinde)**
- **1 yemek kaşığı tereyağı**
- **3-4 yemek kaşığı süt**
- **1 yemek kaşığı rendelenmiş eski kaşar peyniri**

HAZIRLANIŞI
1 Tas kebabı yapacağınız tencereyi ısıtın. Tereyağını ve eti ekleyin. Birkaç dakika karıştırarak kavurun.
2 İnce ince kıyılmış soğanı ekleyin. Kavurmaya devam edin. En son 2-3 yemek kaşığı sıcak su ile inceltilmiş salçayı ilave edin. Tuzu, taze çekilmiş karabiberi ve yaprak yaprak ayrılmış taze kekiği ekleyin. Etleri tencerenin ortasında öbek olacak şekilde toparlayın. Isıya dayanıklı çukur bir tası etleri içine hapsedecek şekilde kapatın.
3 Tencerenin kenarından 1.5 su bardağı sıcak su ekleyin. Orta ateşte 10 dakika pişirdikten sonra ateşi kısın. Etler suyunu çekince kontrollü olarak 1-2 bardak daha sıcak su ilave edin. Etleri yarım saat daha pişirin.
4 Patates püresi için kabuğunu soyduğunuz patatesleri iri küpler halinde doğrayıp tencereye aktarın. Üzerini örtecek kadar su ve toz halindeki anasonu ilave edin. Haşlamaya bırakın. Patatesler haşlanınca suyunu süzün, sıcak sütü, tereyağını, kaşar peynirini ekleyin. Püre halinde ezin. Etleri patates püresi ile birlikte sıcak sıcak servis yapın.



ANASONLU VE OTLU MAYONEZ

1 KÜÇÜK KAVANOZ İÇİN MALZEMELER

- **2 yemek kaşığı elma sirkesi**
- **1 yumurtanın sarısı**
- **1 bütün yumurta (Katı kıvamda haşlanmış)**
- **1 su bardağı hardal**
- **1 dal taze fesleğen yaprağı**
- **Tuz**
- **Karabiber**
- **1 çay kaşığı toz şeker**
- **Yarım çay kaşığı anason tohumu (Havanda ezilmiş)**
- **2 yemek kaşığı süzme yoğurt**
- **1 kahve fincanı zeytinyağı**

HAZIRLANIŞI

1 Sirkeyi, yumurta sarısını, katı kıvamda haşlanmış yumurtayı ve hardalı blenderda ezin. Fesleğen yapraklarını, tuzu, karabiberi, şekeri ve anason tohumunu ekleyin. 10 saniye daha öğütün.
2 Azar azar zeytinyağı ekleyerek yoğun kıvamda bir sos elde edene kadar karıştırmaya devam edin. En son yoğurdu ekleyin. Birkaç saniye sonra mayoneziniz hazır. Mayonezi ızgara köfte veya patates kızartmasının yanında servis yapabilirsiniz.



ANASONLU AYVA REÇELİ

1 KAVANOZ İÇİN MALZEMELER

- **750 g rendelenmiş ayva**
- **500 g toz şeker**
- **1 kahve fincanı kuşburnu çayı (Demlenmiş)**
- **1 adet yıldız anason**
- **1 su bardağı su**
- **Baharat bohçası (Ayvanın çekirdekleri ve karanfil)**
- **1 avuç nöbet şekeri**
- **3-4 tarçın çubuğu**

HAZIRLANIŞI

1 Rendelediğiniz ayvaları geniş bir tepsiye aktarın. Oda ısısında kararması için en az 1 saat bekletin.

2 Şerbeti için suyu, yıldız anasonu, şekeri, nar suyunu, baharat bohçasını, tarçın çubuğunu ve nöbet şekerini geniş bir tencereye alın. 15 dakika orta ateşte kaynatın.



ANASONLU VE ÜZÜMLÜ ÇÖREK

6 KİŞİLİK

MALZEMELER

- **500 g un**
- **150 g kuru üzüm**
- **1 portakalın rendelenmiş kabuğu**
- **Yarım paket kuru maya**
- **Yarım çay kaşığı tuz**
- **75 ml ılık süt**
- **2 yemek kaşığı zeytinyağı**
- **Yarım çay kaşığı anason tohumu**

ÜZERİ İÇİN

- **2 yemek kaşığı ılık süt**
- **1 yemek kaşığı pudra şekeri**
- **1 yumurtanın sarısı**
- **1 çay kaşığı anason tohumu**

HAZIRLANIŞI

1 Mayayı 1 tatlı kaşığı şekerle erittiğiniz ılık süt içinde bekletin. İyice karıştırıp üzerini örtün.

2 Hamur yoğurma kabının içine kalan şekeri, tuzu, rendelenmiş portakal kabuğunu ve anason tohumunu ekleyin. Harmanlayıp ortasını açın. Sütün içinde erittiğiniz mayalı karışımı ekleyin. Hamuru yoğurmaya başlayın. Yumuşak ve esnek bir hamur olması için azar azar ılık su ilave edin. Hamur hazır olduğunda suda bekletip, süzdüğünüz kuru üzümleri ekleyin. Hamuru iyice yoğurun. En son zeytinyağı dökün. Tekrar yoğurun. Hamurun üzerini bir bezle örtün. Yarım saat mayalandırın.

3 Hamurdan yarım mandalina büyüklüğünde parçalar koparıp avucunuzda yuvarlayın. Yağlı kağıt serili yuvarlak bir kek kalıbının içine bitişik olacak şekilde yerleştirin. Üzerini örtüp mayalanması için yarım saat daha bekletin. En son hamurların üzerlerine ılık süt ile çırpılmış yumurta sarısı karışımından sürün. Anason tohumu serpin. 170 dereceye ayarlı fırında, 45-50 dakika pişirin.

ANASONLU ÖKSÜZ HELVASI

4 KİŞİLİK

MALZEMELER

- **1 su bardağı toz şeker**
- **1 su bardağı pekmez**
- **1 su bardağı un**
- **Yarım çay kaşığı anason (Toz halinde)**
- **1 çay bardağı sıvı yağ**
- **50 g tereyağı**
- **1 kase badem veya ceviz içi**

HAZIRLANIŞI

Toz şekeri, toz halindeki anasonu, pekmezi, sıvı yağı ve unu geniş bir tencereye alıp iyice çırpın. Kısık ateşte sürekli karıştırarak pürüzsüz bir kıvam alıncaya dek pişirin. Karışımı servis tepsisine yayın. Ortasını açıp eritilmiş tereyağını dökün. Badem veya ceviz içi ile süsleyip hemen servis yapın.



ANASONUN FAYDALARI

- Solunum sistemine fayda sağlar. Balgam söktürücü özelliği vardır. Öksürüğü yatıştırır.
- Acı, yakıcı tadı ve kokusu sebebiyle iştah açıcı, mideyi rahatlatıcı, yatıştırıcı ve sindirimi kolaylaştırıcı olarak kullanılabilir.
- Uykusuzluğa iyi gelir.
- Anason çayı, yeterli olmayan anne sütünü artırır.
- Migren ağrılarını kesmeye yardımcı olur.
- Kalbi kuvvetlendirir.
- Kan dolaşımını düzenler.
- Astım, nefes darlığı ve bronşitte görülen şikayetleri giderir.
- Mide bulantısı, ishal, mide ve bağırsak gazları ile karın ağrısına iyi gelir.
- Katarakt rahatsızlığına fayda sağlar.
- Antioksidan özelliğe sahiptir.
- Şeker hastalığına yakalanma oranını azaltır.
- Romatizma gibi eklem ağrılarını azaltır. Özellikle anason yağının spazm giderici özelliği vardır.



Kokusuyla akıllarda

Baskın kokusuyla akıllarda yer etmiş anason, daha bilinmedik nice faydasıyla sadece tek bir kullanım alanı olmadığını gösteriyor. Siz de artık aktara gittiğinizde listenizden ve ardından mutfağınızdan eksik etmeyeceksiniz.

YAZI: SERAY BAYKAN

Maydanozgiller familyasının keskin kokulu ve aromatik üyesi anason... Ortadoğu ve Akdeniz bölgesine ait olan bitki, bin 500 yıldır bizimle. Eski Mısırlılar'dan miras kalan bitkinin yüzde 87'si İç Ege, yüzde 12'si ise Akdeniz Bölgesi'nde üretilir. Her yıl yaklaşık 8 ile 15 bin ton hasat elde edilir. Anason sıcak ve güneşli iklimi sever bu nedenle ülkemizde; Denizli, Burdur, Muğla ve Antalya'da, bir kısmı da Bursa, Balıkesir, Afyon, Uşak ve İzmir'de yetiştirilir. Ülkemizde üretilen anasonun bir kısmı Amerika Birleşik Devletleri başta olmak üzere farklı farklı ülkelere ihraç edilmektedir. Anasonun yurt dışında tarımının yapıldığı bazı ülkeler ise; Hindistan, Güney Rusya, Meksika, Çin, Afganistan ve Güney Amerika'dır.

Bu benzersiz ve bambaşka kokuya sahip bitki büyük oranda içki yapımında kullanılır. Bunun yanında vücut ısısını artırıcı, solunumu kolaylaştırıcı, uyku getirici ve ağrı dindirici özelliklerinden dolayı da eczacılıkta kullanılmaktadır. Kek ve çörek gibi gıda maddelerinde tat ve koku vermesi için kullanılan anason, diş macunu yapımı gibi bazı sanayi kollarında da kullanılmaktadır.

ANADOLU'DAN VAZGEÇİLMEZ İKİLİ

Tahin & pekmez

Susam yağının damakta şölene dönüşen tadı tahin ve üzüm, keçiboynuzu ve dutun akışkan doğal lezzeti pekmez... Misafirlerinizin aklına unutulmaz lezzetler kazımak için haydi mutfağa...

YAPIM VE STYLING: Lezzet MutfakStudio I FOTOĞRAFLAR: SEZER ALÇINKAYA
SERVİS TABAKLARI VE AKSESUARLAR: LINENS, MUDO CONCEPT, PORLAND, SHUEV

PEKMEZLİ KEDİBATMAZ TATLISI

4 KİŞİLİK
MALZEMELER
- **1 su bardağı mısır unu**
- **2 su bardağı su**
- **1 çay kaşığı tuz**
- **1 su bardağı ince çekilmiş ceviz içi**
- **2 çay bardağı pekmez**

HAZIRLANIŞI
1 Orta boy bir tencereye suyu koyup tuzu ilave edin ve kısık ateşte kaynamaya bırakın. Su kaynayınca mısır ununu azar azar, tahta kaşıkla sürekli karıştırarak ekleyin. Ateşi kısın ve sürekli karıştırmaya devam edin. Birkaç dakika sonra mısır unu hamur halini alacak. Bu şekilde biraz daha karıştırarak pişirin, ardından ocaktan alın.
2 Pişen hamur henüz sıcakken üzerine ceviz içini ekleyip karıştırın. Kaşık yardımıyla helva gibi parçalara ayırıp servis tabağına alın. Üzerine pekmezi gezdirerek servis yapın.

TAHİNLİ ATIŞTIRMALIK

4 KİŞİLİK

MALZEMELER

- **1 su bardağı çekirdeksiz hurma**
- **1/2 su bardağı tahin**
- **1/2 su bardağı toz badem**
- **1/4 su bardağı kakao**
- **2 çorba kaşığı su**
- **1 çay kaşığı tuz**

HAZIRLANIŞI

1 Hurmaları ve tahini mutfak robotuna alarak iyice özdeşleşene kadar karıştırın. Ardından badem ve kakaoyu ilave edip birkaç dakika daha robotta çekin.

2 Karışımın içerisine ilk olarak 1 çorba kaşığı su ilave edip karıştırın. Ardından geri kalan 1 çorba kaşığı suyu da ekleyerek yeniden karıştırın.

3 Karışımı çok ince olmayacak şekilde, çok geniş olmayan bir kaba elinizle sıkıca bastırarak yayın. 1-2 saat buzlukta dondurun. Ardından kare dilimlere kesin ve üzerine tuz serperek servis yapın.

PEKMEZ SOSLU KEK

6-8 KİŞİLİK

MALZEMELER
- **1 yumurta**
- **1.5 çay bardağı pekmez**
- **Yarım su bardağı ayçiçek yağı**
- **1 paket kabartma tozu**
- **2.5 su bardağı un**

SOSU İÇİN
- **1 su bardağı pekmez**
- **1 su bardağı su**
- **2 çorba kaşığı buğday nişastası**

HAZIRLANIŞI

1 Derin bir kabın içine yumurta, pekmez, ayçiçek yağı, kabartma tozu ve unu alın. Homojen bir hale gelene kadar karıştırmaya devam edin. Elde ettiğiniz karışımı, yağladığınız kek kalıbına dökün. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 30-35 dakika pişirin.
2 Bu sırada sos tenceresine pekmez, su ve nişastayı alın. Orta ateşte sürekli karıştırarak şeffaf bir hale getirin. Fırından çıkardığınız keki ters çevirerek servis tabağına alın. Hazırladığınız sosu ılık kekin üzerine gezdirin ve dilimleyerek servis yapın.

Lezzet

ABONELİĞİ

10 sayı fiyatına **12 sayı**

80 TL

www.dbabone.com

0212 478 03 00

✔ Adresinize teslim ✔ Ücretsiz kargo ✔ 3 taksit imkanı*

(*) Taksit yapılan kredi kartları: Bonus, Maximum, World, Axess



DB DOĞAN BURDA DERGİ

lezzetdergisi @Lezzet_Dergisi lezzet_dergisi www.lezzet.com.tr

TAHİNLİ EZME

6 KİŞİLİK
MALZEMELER
- **1 çay bardağı tahin**
- **7-8 dal maydanoz**
- **2-3 diş sarımsak**
- **2 limon**
- **1 tatlı kaşığı acı biber salçası**
- **1 çay kaşığı kimyon**
- **Tuz**
- **6 tost ekmeği**

HAZIRLANIŞI
Dövülmüş sarımsak, limonların suyu, salça, kimyon, ince kıyılmış maydanoz ve yeterli miktardaki tuzu tahin ile karıştırın. Hazırladığınız karışımı, tost ekmeklerinin üzerine sererek servis yapın.



TAHİNLİ SUSAMLI RULO

6 KİŞİLİK
MALZEMELER
- **1 paket margarin**
- **1 çay bardağı sıvı yağ**
- **1 paket kabartma tozu**
- **Aldığı kadar un**
- **1 su bardağı tahin**
- **1/2 su bardağı şeker**
- **1 su bardağı ceviz**
- **1 yumurta**
- **Susam**

HAZIRLANIŞI
1 Oda sıcaklığındaki margarine, sıvı yağ ve kabartma tozunu ekleyerek karıştırın. Bu karışıma yavaş yavaş un ilave ederek, kulak memesi kıvamına gelene kadar yoğurun. Hamuru 3'e bölerek buzdolabında 1-2 saat bekletin.
2 Hamuru dolaptan alarak merdane ile yaklaşık 1 mm kalınlığında yuvarlak olacak şekilde açın ve üzerine 2 çorba kaşığı tahini eşit miktarda yayın. Üzerine şeker ve ceviz serpin. Hamuru dikkatlice rulo halinde sarın.
3 Rulo haline getirdiğiniz hamurun üzerine yumurta sarısı sürüp susam serpin ve iki parmak kalınlığında dilimler kesin. Dilimleri yağlı kağıt serili fırın tepsisine diizin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında, yaklaşık 20-25 dakika pişirin. Ilık servis yapın.

PEKMEZLİ YULAFLI KURABİYE

12 ADET

MALZEMELER

- 1 muz
- 1/2 su bardağı fıstık ezmesi
- 1/4 su bardağı pekmez
- 1 paket vanilya
- 1.5 su bardağı yulaf
- 1/2 çay kaşığı kabartma tozu
- 1/4 çay kaşığı tuz
- 3/4 su bardağı kıyılmış kabak çekirdeği içi

HAZIRLANIŞI

Bir karıştırma kabında ezilmiş muz, fıstık ezmesi, pekmez ve vanilyayı karıştırın. Kabartma tozu ve tuzu da ilave edip harmanlayın. Hazırladığınız karışımdan birer çorba kaşığı alarak yağlı kağıt serili fırın tepsisine aralıklı olarak dizin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 10-12 dakika pişirin. Fırından çıkarın ve soğumaya bırakın. Soğuduktan sonra servis yapın.





TAHİNLİ PATLICANLI BÖREK

8-10 KİŞİLİK
MALZEMELER

- **2 yufka**
- **1 kg patlıcan**
- **100 g tereyağı**
- **1 çay kaşığı tuz**
- **1 çay kaşığı karabiber**

SOS İÇİN

- **4 yemek kaşığı tahin**
- **4 yemek kaşığı sıvı yağ**
- **1 yemek kaşığı susam**

HAZIRLANIŞI

1 Patlıcanları soyup küçük küpler halinde doğrayın. Bir tencereye patlıcanları, tuzu ve suyu koyun. Kapağını kapatın ve kısık ateşte suyunu çekene kadar pişirin. Patlıcanlar suyunu çekince içine tereyağını ve karabiberi ekleyin, 1-2 dakika kavurun.

2 Cam bir kasede tahin ve sıvı yağı iyice karıştırın. Yufkalardan birini düz bir zemine serin. Üzerinde boş yer kalmayacak şekilde sosu sürün ve ikinci yufkayı ilk yufkanın üzerine yerleştirin. Üzerine patlıcanlı içi eşit şekilde dağıtarak yayın.

3 Yufkaların kenarını içe katladıktan sonra uzun tarafından sararak kalın bir rulo elde edin. Üzerine kalan sosu sürün ve susam serpin. Önceden ısıtılmış 175 derecedeki fırında, yaklaşık 35-40 dakika kızarana kadar pişirin. Arzu ettiğiniz kalınlıkta dilimleyin ve ılık olarak servis yapın.

İçerdiği pek çok farklı vitamin, mineral ve besin öğeleri sebebiyle birçok faydası olan ve dünyanın neredeyse her yerinde yetişen pancar ile salatalar, turşular ve yemekler yapabilirsiniz. Haydi mutfağa!

YAPIM VE STYLING: Lezzet MutfakStudio I FOTOĞRAFLAR: İLKAY ÖZTÜRK
SERVİS TABAKLARI VE AKSESUARLAR: Lezzet MutfakStudio

Kırmızının en güzeli

PANCARLI VE NOHUTLU SALATA

4 KİŞİLİK

MALZEMELER

- **1 kg pancar**
- **1 su bardağı nohut**
- **1 tatlı kaşığı zerdeçal**
- **2 adet salatalık**
- **4-5 dal dereotu**
- **Yarım kahve fincanı sızma zeytinyağı**
- **1 limonun suyu**
- **Yarım çay kaşığı tuz**
- **10 adet mini mozzarella peyniri**

HAZIRLANIŞI

1 Kabuğunu soyduğunuz pancarları küp küp doğradıktan sonra tencereye aktarın. Üzerini örtecek kadar su ilave edin. 20 dakika haşlayın.

2 Nohutları da ayrı küçük bir tencerede zerdeçalla birlikte yumuşayana kadar haşlayın. Nohutları ve pancarları bir kapta birleştirin. Çok ince dilimlenmiş salatalıkları, kıyılmış dereotunu, sızma zeytinyağını, limon suyunu ve tuzu ekleyin. Karıştırıp servis tabağına aktarın. En son mini mozzarella peynirlerini ekleyip servis yapın.





PANCARLI ISPANAK YEMEĞİ

4 KİŞİLİK

MALZEMELER

- **1 kg ıspanak**
- **2 diş sarımsak**
- **1 orta boy pancar**
- **1 büyük boy soğan**
- **1 çay kaşığı rendelenmiş zencefil**
- **Yarım kahve fincanı zeytinyağı**
- **Tuz**

HAZIRLANIŞI

1 Piyazlık doğradığınız soğanı, sarımsakları ve küp doğradığınız pancarı zeytinyağında kavurun. Üzerini örtecek kadar sıcak su ilave edip tencerenin kapağını kapatın. 20 dakika pişirin.

2 Ispanakları yıkayıp süzdükten sonra iri iri doğrayıp tencereye ilave edin. Birkaç kez karıştırdıktan sonra tuzu ve zencefili ekleyin. Tencerenin kapağını kapatın, 10 dakika pişirip ocaktan alın.



PANCAR TURŞUSU

MALZEMELER

- 1 kg pancar (Sapları ve yapraklarıyla)
- 4 su bardağı su
- 5-6 diş sarımsak
- 1 çay bardağı üzüm sirkesi
- 1 yemek kaşığı kaya tuzu

HAZIRLANIŞI

1 Pancarları saplarından ayırın ve soyup kalın dilimler halinde doğrayın. 2 adet pancarın sapını ve yapraklarını incecik kıyın. Sarımsakları irice doğrayın.
2 Pancarları bir tencereye alın ve üzerine su ilave edip yaklaşık 7-8 dakika kısık ateşte pişirin. Ocağın altını kapatın. Tuzu, pancarların saplarını ve yapraklarını ilave edip ılınmaya bırakın. Ilınınca sarımsakları ve sirkeyi de ekleyip sterilize ettiğiniz bir kavanoza aktarın. Tüketmek için en az 3 gün bekleyin



FIRIN POŞETİNDE SİRKELİ PANCAR

4 KİŞİLİK

MALZEMELER

- **2 orta boy pancar**
- **Yarım demet maydanoz (Kıyılmış)**
- **1 limon**
- **2 yemek kaşığı zeytinyağı**
- **1 yemek kaşığı sirke**
- **Yarım çay kaşığı tuz**
- **Yarım çay kaşığı kişniş tohumu**

AYRICA

- **Ceviz içi**
- **Tulum peyniri**
- **Avokado (Dilimlenmiş)**

HAZIRLANIŞI

1 Kabuğunu soyduğunuz pancarları bir parmak kalınlığında dilimleyin. Limonun kabuğunu rendeleyin, içini de küçük parçalar halinde doğrayın. Pancarları bir kaseye aktarın. Rendelenmiş limon kabuğunu, kıyılmış maydanozu, limon parçalarını, zeytinyağını, sirkeyi, tuzu ve kişniş tohumunu ekleyin. Harmanlayıp fırın poşetine aktarın. Poşetin ağzını sıkıca kapatıp fırın tepsisine yerleştirin. Poşetin üzerinden kürdan yardımı ile birkaç delik açın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında, yarım saat pişirin.

2 Poşetinden çıkartın, servis tabağına aktarın. Üzerine ceviz içini, avokado dilimlerini ve rendelenmiş tulum peynirini serpin ve sıcak servis yapın.





AYVALI PANCAR REÇELİ

4 KİŞİLİK

MALZEMELER

- **500 g ayva**
- **500 g pancar**
- **1.5 su bardağı toz şeker**
- **1 su bardağı su**
- **1 yemek kaşığı gül suyu (Yemeklik)**
- **1 yemek kaşığı limon suyu**
- **3 karanfil**
- **1 tarçın çubuğu**
- **Bir tutam tuz**

HAZIRLANIŞI

1 Pancarların ve ayvaların kabuğunu soyun. Kabuğunu soyduğunuz pancarları küpler halinde doğrayıp bir tencereye alın. Üzerini örtecek kadar su ilave edin. Pancarları 10 dakika haşlayın.

2 Ayvaları da aynı şekilde doğrayın. Haşlayıp süzdüğünüz pancarlar ile küp doğradığınız ayvaları başka bir tencereye aktarın. Üzerine şeker serpin, tarçını, karanfilleri, tuzu da ekleyin. En son suyu ve gül suyunu dökün. Orta ateşte şekerin erimesini sağlayın. Sonra ateşi kısın, yarım saat pişirin. İndirmeye yakın limon suyunu ekleyin. Birkaç dakika sonra ocaktan alın. Soğuyunca kavanoza alıp buzdolabında saklayın.

PANCARLI VE KAKAOLU UNSUZ MUFFİN

4 KİŞİLİK

MALZEMELER

- **500 g pancar (Haşlanmış)**
- **250 g hurma**
- **5 yemek kaşığı ham kakao**
- **150 g ceviz içi**
- **1 tatlı kaşığı tarçın**
- **1 muz**
- **Bir tutam tuz**

HAZIRLANIŞI

1 Kabuğunu soyduğunuz pancarları rendeledikten sonra suyunu iyice sıkın. Hurmaların çekirdeklerini çıkardıktan sonra ılık suda yarım saat kadar bekletin. Ceviz içini, hurmaları, muzu, tarçını, rendelenmiş pancarları, bir tutam tuzu ve ham kakaoyu mutfak robotuna aktarıp iyice karıştırın.

2 Elde ettiğiniz hamuru yağlı kağıt serili muffin kağıtlarının içine paylaştırın. Üzerlerini bir kaşık yardımı ile düzeltin. Bu şekilde buzdolabında en az 1 saat kadar bekletin.



Kırmızının cazibesi pancar

Kışa veda bahara 'merhaba' demenin habercisi olan pancar, kök bitkiler ailesinin rengiyle göz alan sağlık deposu üyesi... Salatalara doğranarak veya suyu sıkılarak kolayca tüketebileceğiniz pancar, ıspanakgiller familyasının vitamin, mineral ve besin deposudur.

YAZI: SERAY BAYKAN

Eşsiz rengini veren betain grubu sayesinde, glutasyon sentezini hızlandırarak vücuttaki toksit maddelerin etkisiz hale gelmesinde önemli rol oynayan kırmızı pancar; suyu sıkılıp, havuç, elma, armut veya portakal gibi sebze ve meyvelerin sularıyla yarı yarıya karıştırılarak tüketilebilir. Ayrıca karşımıza en fazla çıktığı yerlerden bir diğeri de bir kavanozun içinde turşu şeklinde olanıdır. Pancar çok eski çağlardan itibaren hastalıkların tedavisinde alternatif tıp tarafından kullanılmış ve yüzyıllar boyunca da birçok hastalık tedavi edilmiştir.

Sağlığa oldukça yararlı besinler arasında yer alan pancar; A, B, C, P vitaminleri içerir. Ayrıca mineraller bakımından çok zenginken fosfor, demir, magnezyum, potasyum, çinko ve kalsiyum deposudur. Anavatanı Akdeniz olan bu sebze, ülkemizde sahil kuşağında yetiştirilmektedir. En büyük üretim ve tüketim Ege ve Marmara bölgelerindedir. Akdeniz Bölgesi'nde de sınırlı miktarda olmak üzere kırmızı pancar üretilir.

PANCARIN FAYDALARI

- İltihap engelleyici özelliğe sahiptir.
- Pancar anti kanser özellikleri ile tanınınır ve birçok kanser çeşidine yakalanmamak için bünyenin direncini artırır.
- Detoks etkisi yaratarak kanın temizlenmesine ve karaciğerin zehirlerden arınmasına yardımcı olur.
- Yüksek kan basıncını düşürerek, normal seviyelere indirmede yardımcı olur.
- Egzersiz öncesi içilen pancar suyu, egzersize dayanıklılığı artırır ve dinçlik verir.
- Bağışıklık sistemini destekler.
- Yoğun lif yapısı sayesinde hazmı kolaylaştırır.
- Sinir ve kas fonksiyonlarını güçlendirir.
- Kemik, karaciğer, böbrek ve pankreas sağlığını destekler.

TROPİK İKLİMLERDEN tatlı rüzgarlar



Bazıları yağmur ormanlarından gelen, bazıları çok sıcak iklimleri seven birbirinden güzel tropik meyvelerden muz, ananas ve mango ile sizler için farklı tarifler hazırladık. Ailenize, misafirlerinize, arkadaşlarınıza sıra dışı tatlılar sunmak ve unutulmaz anlara ev sahipliği yapmak isterseniz tarifler bizden, yapması sizden.

YAPIM VE STYLING: Lezzet MutfakStudio I FOTOĞRAFLAR: SEZER ALÇINKAYA
SERVİS TABAKLARI VE AKSESUARLAR: SHUEV

MUZ KEKİ

6 KİŞİLİK
MALZEMELER

- 3 olgun muz
- 3/4 su bardağı esmer şeker
- 1 su bardağı un
- 1 su bardağı damla çikolata veya kuvertür
- 1/2 su bardağı kakao
- 1 yumurta
- 1 tatlı kaşığı vanilya
- 1 çay kaşığı tarçın
- Yarım çay kaşığı un
- 1 tatlı kaşığı kabartma tozu
- 1 çay kaşığı tereyağı
- 1/2 çay kaşığı tuz

SÜSLEMEK İÇİN

- Çikolata sos

HAZIRLANIŞI

1 Muzları bir çırpma kabında ezip püre haline getirin. Üzerine esmer şekeri, yumurta ve vanilyayı ilave edip pürüzsüz hale gelinceye kadar çırpın.
2 Ayrı bir kapta un, kakao, tarçın, kabartma tozu ve tuzu homojen bir karışım haline getirin. Hazırladığınız unlu karışımı, muzlu karışımın üzerine ekleyin ve un topağı kalmayacak şekilde iyice karıştırın.
3 Karışımın üzerine damla çikolataları ekleyip biraz daha karıştırın. Isıya dayanıklı cam kabı tereyağı ile yağlayın. Kek karışımını fırın kabına aktarın ve üzerini spatula ile düzleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 45-50 dakika pişirin.
4 Fırından aldıktan sonra 10 dakika kadar dinlenen kekin üzerine dilerseniz çikolata sosu dökerek servis yapın.



THAI USULÜ KIZARMIŞ MUZ

2 KİŞİLİK
MALZEMELER

- 2 muz
- 4 baklavalık yufka
- 4 yemek kaşığı bal
- 1 tatlı kaşığı tarçın
- 5-6 çilek
- 4 yemek kaşığı yaban mersini
- 4 yaprak nane
- 2 top vanilyalı dondurma

KIZARTMAK İÇİN

- Ayçiçek yağı

HAZIRLANIŞI

1 Muzları parmak büyüklüğünde doğrayın. Baklava yufkalarını el büyüklüğünde parçalar olacak şekilde kesin. Muzları yufkalara yerleştirin, üzerine çok az bal ve tarçın serptikten sonra sigara böreği gibi sarın. Hazırlanan muzlu yufkaları kızgın yağda kızartın.

2 Servis tabağına alınan muzların yanına çilek ve yaban mersini koyun, yanında vanilyalı dondurma ile servis yapın.



HİNDİSTAN CEVİZİ KREMALI VE ANANASLI TART

6-8 KİŞİLİK MALZEMELER

TART HAMURU İÇİN
- 1 su bardağı un
- 150 g tereyağı
- 100 g şeker
- 3 acıbadem kurabiyesi
- 2 yumurta
- Tuz

KREMA İÇİN
- 1 su bardağı süt
- 250 g Hindistan cevizi rendesi
- 200 g krema
- 1/2 bardak şeker
- 25 g un
- 3 yumurta

SÜSLEMEK İÇİN
- 3 dilim ananas
- Toz şeker
- Hindistan cevizi dilimi
- Pudra şekeri

HAZIRLANIŞI

1 Tart hamuru için un, tereyağı ve bir tutam tuzu çırpın. Acıbadem kurabiyelerini ufalayıp, şeker ve 2 yumurtanın sarısı ile diğer karışıma ilave edin. 1 çorba kaşığı yumurta akını da çırparak köpürtün ve karışıma ekleyerek yoğurun. Hamuru streç filme sarıp 30 dakika dinlendirin.

2 Hindistan cevizi sütü elde etmek için krema, süt, rende Hindistan cevizi ve 60 g toz şekeri ocakta kaynattıktan sonra çok hafif soğumasını bekleyin ve ince bir tülbentten geçirip süzün.

3 Kalan toz şekeri, 2 yumurta sarısı ve 1 yumurtayla karıştırın. Unu ekleyip süzdüğünüz Hindistan cevizi sütüyle sulandırın. 3 dakika pişirip kaynattıktan sonra soğumaya bırakın.

4 Tart kalıbını yağlayın ve 4 mm kalınlığında açtığınız tart hamurunu kalıba kenarlarını da kaplayacak şekilde bastırarak yerleştirin. Tabanını çatal yardımıyla birkaç yerinden delin.

5 Hamurun üzerine kremayı aktarıp önceden ısıtılmış 180 derece fırında 40 dakika pişirin. 15 g şekeri yapışmaz yüzeyli tavada karamelize edip ananas dilimlerini soteleyin. Ananasları tartın üzerine alıp pudra şekeri serpin. Hindistan cevizi dilimleriyle süsleyin.



KURU ÜZÜM, MANGOLU VE PEKMEZLİ KURABİYE

6 KİŞİLİK

MALZEMELER

- 2 su bardağı un
- 1 yumurta
- 100 g margarin
- 2 çay bardağı toz şeker
- 2 çorba kaşığı pekmez
- 1 çay kaşığı vanilya
- 1 çay bardağı kuru üzüm
- 1 çay bardağı küp doğranmış mango
- 1 çay kaşığı toz zencefil
- 1 çay kaşığı kabartma tozu
- 2 su bardağı sıcak su

HAZIRLANIŞI

1 Kuru üzüm ve küp doğranmış mangoları sıcak suda bekletin.

2 Yumurta, margarin, şeker ve pekmezi karıştırma kabında çırpın. Ayrı bir kapta 1 bardak un, kabartma tozu, vanilya ve zencefili birlikte eleyerek çırptığınız harca ilave edin ve karıştırın.

3 Üzüm ve mangoları süzüp kurulayın ve harca ilave edip yoğurun. Hamurun kıvamını geri kalan undan ekleyerek kulak memesi kıvamında ayarlayın.

4 Yağlı kağıt serdiğiniz tepsiye, kaşık yardımı ile hamurdan parçalar alarak dizin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında 20 dakika pişirin.







MANGOLU PANNA COTTA

2 KİŞİLİK

MALZEMELER

- 400 g mango
- 3 yemek kaşığı şeker

PANNA COTTA İÇİN

- 125 ml süt
- 1 tatlı kaşığı toz jelatin
- 2 paket toz vanilya
- 1 tatlı kaşığı limon kabuğu rendesi
- 250 ml krema
- 70 g pudra şekeri

HAZIRLANIŞI

1 Mangoları küp şeklinde doğrayın. Şekerle birlikte bir sos tenceresinde, ara sıra karıştırarak kaynayana kadar pişirin. Altını kısıp 2-3 dakika daha pişirin, ateşten alıp soğumaya bırakın.

2 Sütün göz kararı 1/3'ünü bir kaseye koyup, üzerine toz jelatini serpiştirin. Ara sıra karıştırarak bir kenarda bekletin.

3 Geri kalan sütü, vanilyaları, limon kabuğu rendesi ve kremanın yarısıyla birlikte bir sos tenceresinde, orta ateşte karıştırarak pişirin.

4 Krema kaynamaya başlayınca altını kısıp 3-4 dakika pişirmeye devam edin. Daha sonra ateşten alıp, içine jelatinli sütü ekleyin ve karıştırın. Oda sıcaklığında soğumaya bırakın.

5 Kremanın kalan yarısını pudra şekeriyle birlikte mikserle 2-3 dakika katılaşana kadar çırpın. Kremayı, soğuttuğunuz pişmiş kremaya ekleyip karıştırın.

6 Panna cotta'yı servis edeceğiniz kupları yan yatırarak içlerine boşaltın ve bu şekilde buzdolabında en az 1 saat soğutun. Son olarak mango sosunuzu ilave edip yeniden soğumaya bırakın. Üzerini mini mango dilimleri ve nane yapraklarıyla süsleyip soğuk olarak servis yapın.



ANTEP'İN USTALARINDAN lezzet şöleni

29 Ocak-11 Şubat tarihleri arasında düzenlenen 'Gaziantep Lezzet Günleri' için İstanbul'a gelen M. Ragıp Güzelbey ve beraberindeki şefler Gaziantep'in yemek sırlarını Lezzet okuyucuları ile paylaştılar. Yuvarlamadan ekşili köfteye, Gaziantep yemeklerinin en güzelleri yorum farkıyla karşınızda.

YAPIM: M. RAGIP GÜZELBEY | STYLING: Lezzet MutfakStudio | FOTOĞRAFLAR: SEZER ALÇINKAYA



ŞEFİN NOTU

Normalde bu yemeğe patates konulmaz. Ayrıca arzu edenler 200 g arpacık soğanı aynı safhalarda yemeğe ekleyebilir. Arzu edenler limon ve şeker yerine nar ekşisi veya her ikisini de kullanabilir. Ancak nar ekşisi, yemeğin rengini karartır. Eğer domates mevsiminde değilse yerine domates salçası ve sıcak su konabilir. Yanında pirinç pilavı, yeşil biber, ayran ile servis edebilirsiniz.

AYVALI TARAKLIK TAVASI

2-4 KİŞİLİK MALZEMELER

- 1 kg kemikli pirzola
- 2 kg olgun domatesin suyu
- 2 orta boy patates (İsteğe göre)
- 1 kuru soğan
- 1 büyük ayva
- 2 diş sarımsak
- 1 yemek kaşığı biber salçası
- 2 yemek kaşığı sade yağ veya tereyağı
- 1 tatlı kaşığı un (İsteğe göre)
- 1 limon
- 1 çay kaşığı tuz
- 2 çay kaşığı karabiber
- 3-4 adet kesme şeker

HAZIRLANIŞI

1 Pirzolaları mangalda renkleri dönünceye kadar hafice pişirin. Tencereye sade yağ, ince kıyılmış soğan, pirzolalar ve 1 tatlı kaşığı un ilave edip, hafif ateşte 5 dakika birlikte kavurun. Üzerine süzülmüş domates suyu (Domates mevsimi dışında 1'er yemek kaşığı biber ve domates salçası ilave edebilirsiniz), 3-4 adet kesme şeker, limon suyu, temizlenip kabuklu halde dilimlenen ayvalar ve sarımsakları bütün olarak ekleyin. Tuzu ve 1 kaşık karabiberi ilave ederek hafif ateşte 30-40 dakika pişirin.

2 Üzerine yağda az kızartılmış elma dilimi patatesleri ilave edin. Kısık ateşte, etler pişinceye kadar ve sebzeler dağılmadan 30-35 dakika daha pişirin. Kalan karabiberi ilave ederek sıcak servis yapın.

YUVARLAMA

4-6 KİŞİLİK MALZEMELER

YUVARLAMA İÇİN

- **300 g çiğ köftelik et**
- **2 su bardağı dolusu pirinç**
- **1 küçük kuru soğan**
- **Karabiber**
- **Tuz**

HAŞLAMA VE DİĞER MALZEMELER

- **750 g kemikli yağsız et (Pirzola büyüklüğünde)**
- **Yarım su bardağı ıslatılmış nohut**
- **1-2 yemek kaşığı sıvı yağ veya tereyağı**
- **3 su bardağı süzme yoğurt**
- **1 yumurta sarısı**
- **1 su bardağı süt (İsteğe göre)**
- **1 yemek kaşığı kuru nane**

HAZIRLANIŞI

1 Üzerini az aşacak kadar soğuk su ilave edilen eti, geceden ıslatılan nohut ve tuz ekleyerek pişirin. Yıkayıp soğuk suda 15 dakika beklettiğiniz pirincin suyunu süzüp kurutun. İki kez et değirmeninde köftelik eti, ince kıyılmış soğan, karabiber ve tuz ilave ederek çekin. Homojen hale gelmesi için avucunuzla 5-10 dakika yoğurun. İri ceviz büyüklüğündeki parçaları, zeytinyağı sürdüğünüz avcunuzda ince şerit haline getirin. Daha sonra bu şeritlerden küçük çiğ nohut gibi parçalar kopararak avuç içi ile parmaklar arasında yuvarlayın.

2 Uygun bir metal süzgece koyun. 2 bardak sıcak su konulmuş tencerenin üzerine ağzı kapatılarak süzgeci oturtun. 15 dakika buharda, aşırı şişip dağılmamasına dikkat ederek pişirin. Haşlanan ete, buhardan alınan yuvarlamaları ekleyerek 10-15 dakika yeniden kısık ateşte pişirin.

3 Süzülmüş yoğurda yumurta sarısı ekleyin. Kısık ateşte devamlı karıştırarak ısıtın. Bekletmeden yuvarlama tenceresine ilave edip, çorba kıvamında olacak şekilde, koyu ise süt ilave ederek bir taşım kaynatın. Tuzu kontrol edip az karabiber ekleyip, bir taşım daha kaynatın.

4 Yuvarlamayı servis tabağına alın. Tavada ısıttığınız zeytinyağının içine nane ekleyerek karıştırın. Tabaklara servis yaptığınız yuvarlamanın üzerine gezdirip servis yapın.

ŞEFİN NOTU

Gaziantep'te bazı aileler, bu yemeğin üzerine kırmızı pul biber ilave eder. İhtiyaç olduğunda, yuvarlamanın suyunun kıvamı koyu ve ekşi ise süt ile kısmen düzeltilir. Yine yoğurt istenen kıvamda koyu değilse nişasta veya un ile istenen kıvama gelmesi sağlanır. Arzu edenler kemikli et yerine, et ve kemiği birlikte pişirebilir. Et pişince kemikler çıkarılır. Tek başına veya pirinç pilavı ile yeşil biber, tere ve turp ile servisi tavsiye edilir.

EKŞİLİ AKITMALI UFAK KÖFTE

4-6 KİŞİLİK MALZEMELER

KÖFTE İÇİN

- 300 g çiğ köftelik et
- 500 g simit (İnce bulgur)
- 1 orta boy kuru soğan
- 1 yemek kaşığı pul biber
- 1 çay kaşığı karabiber

AKITMA İÇİ İÇİN

- 150 g az yağlı kıyma
- 1 büyük soğan
- 1 çay bardağı dövülmüş ceviz
- 1 tutam haspir
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber

HAŞLAMA ETİ İÇİN

- 400 g yağsız kuşbaşı et
- Yarım su bardağı nohut
- 1 küçük kuru soğan
- 1 yemek kaşığı domates salçası
- Yarım yemek kaşığı biber salçası
- 3 diş sarımsak
- 1 yemek kaşığı kuru nane
- 1 limon suyu veya sumak ekşisi
- 3 yemek kaşığı sıvı yağ veya tereyağı

HAZIRLANIŞI

1 Kuşbaşı eti tencereye alıp üzerine su ilave edin. Kaynamaya başladığında köpüğünü alın. Üzerine geceden ıslatılmış nohut, doğranmış kuru soğan ve tuz ilave edip orta ateşte pişirmeye devam edin. Pişmeye yakın salçaları ve sumak ekşisini ekleyin.

2 Akıtma içi için orta yağlı kıymayı bir tavada yağını bırakıncaya kadar yarım fincan su ilave ederek pişirin. İçine ince kıyılmış soğan, tuz ve karabiberi ekleyin. Soğanların rengi dönünceye kadar pişirmeye devam edin. Soğuduktan sonra içine dövülmüş ceviz içi ve haspir ekleyip, donması için buzdolabına alın.

3 Bir tepsi içine köftelik et, simit (İnce bulgur), ince kıyılmış kuru soğan, kırmızı pul biber, karabiber ve yeteri kadar tuzu ilave edin. Azar azar su ekleyerek sakızlanıncaya kadar 15-20 dakika yoğurun. Hazır hale gelen köftelerden ceviz büyüklüğünde parçalar alın. Avuç içinde işaret parmağının ucu ile içe doğru çukurlaştırın.

4 Donmaya bıraktığınız kıymadan parçalar koparıp içine yerleştirin. Ağzı ıslatılan parmak uçlarınızın yardımı ile kapatıp, yuvarlak hale getirin. Kıyma bitince kalan köfteleri nohuttan biraz büyük olacak şekilde yuvarlayın. Bekletmeden bütün köfteleri, kaynayan su üzerindeki süzgece koyun. Ağzını kapatıp 15 dakika boyunca buharda pişirin.

5 Pişmiş sıcak etin içine ince kıyılmış sarımsak ve sıcak köfteleri ekleyip karıştırın ve 1-2 dakika daha kaynatın. Üzerine ısıtılmış yağ ve nane ile 1 çay kaşığı karabiber ilave edip bekletmeden servis yapın.

ŞEFİN NOTU

Bu köftenin akıtmasına 'Ana', küçük köftelere de 'Kız' benzetmesi yapıldığı için 'Analı Kızlı Ufak Köfte' de denilir. Yapılacak köfte miktarı çok olduğunda yoğurma işi, et makinesinden geçirilerek yapılabilir. Ayrıca bu yemek koyun eti yerine (Köfte hariç) hindi veya tavuk etiyle de yapılabilir. Arzu edilirse haşlama ete, pişmeye yakın 1 büyük ayva dilimlenerek ilave edilebilir. Ayvanın mayhoşluğu farklı lezzet verir. Yine bu yemek akıtmalı köfte yapılmadan sadece köfte ile de yapılır. Bu yemeğe 'Ekşili Ufak Köfte' denir. Bu tarz yemeklerde, karışım yenecek kadar yapılmalıdır. Aksi halde köfteler yemeğin suyunda şişer, lezzeti değişir, köfteler yumuşar ve hatta dağılır. Yanında yeşil biber, tere ve turp ile servis edilmesi tavsiye edilir.

ŞEFİN NOTU
Bu kebaba aslında çam fıstığı ve Antep fıstığı konulmaz. Arzu edenler veya mangal yakma imkanı olmayanlar, fırında da pişirebilir. Mangalda pişecekmiş gibi 1 adet şişle hazırlanan harca aynı form verilir. Fırın tepsisine şekli bozulmadan şişten çıkarılarak, aynı şekilde harç bitinceye kadar art arda hazırlanıp, düz veya dairesel olarak dizilir. Yüzüne yarım bardak su serpilip, 200-220 derece fırında kurutmadan, 35-40 dakika kontrol edilerek pişirilir. Kuru nane ve sarımsak yerine, mevsiminde tazeleri de kullanılır. Ayrıca maydanoz sevenler harcına ince kıyılmış yarım demet ilave edebilir. Yanında ince pide ekmek, yeşil salata, maydanoz piyazı ve ayran tavsiye edilir.

SİMİT KEBABI

4-6 KİŞİLİK
MALZEMELER
KÖFTE İÇİN

- 1 kg kebaplık zırh kıyması
- 1 tatlı kaşığı kuru nane
- 1 yemek kaşığı toz kırmızı biber
- 1 su bardağı simit (İnce bulgur)
- 1 tatlı kaşığı kimyon
- 1 küçük baş kuru sarımsak
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 çay kaşığı tuz

HAZIRLANIŞI

1 Çukur bir tepsi içine simit ve 1 bardak ılık suyu alarak 15 dakika bekletin. İçine kıyma, nane, biber, kimyon ve çok ince kıydığınız sarımsaklar ile bir tutam tuz ilave edin. 5-10 dakika köfte yoğurur gibi yoğurarak malzemenin iyice karışmasını sağlayın.

2 Hazırlanan harçtan parçalar koparıp şişe tutunmasını sağlayın. Islatılan avuç ve parmakların yardımı ile şişte mangala sığacak tarzda, düzgünce şekil verin. Harı geçmiş ateşte aynı yönde sık sık çevirerek yakmadan pişirip bekletmeden servis yapın.

ŞEFİN NOTU
Yufka bayat olmamalı ve kullanılırken üzerini bir bez ile örtmelisiniz. Aksi halde yufkalar kurur ve istenen form verilemez.

DOLANGEL

6-8 KİŞİLİK
MALZEMELER
KÖFTE İÇİN
- **20 adet baklava yufkası**
- **400 g çekilmiş baklavalık Antep fıstığı**
- **250 g sıvı yağ**
- **4 su bardağı süt**
- **1 çay bardağı irmik**
- **1 yemek kaşığı şeker**
- **100 g süt kaymağı**
- **5 su bardağı şeker**
- **5 su bardağı su**
- **4-5 damla limon suyu**

HAZIRLANIŞI
1 Süt ve irmiği tencerede devamlı karıştırarak koyu muhallebi kıvamına gelinceye kadar pişirin. Ocaktan aldığınız karışım soğuyunca kaymak ilave edip tekrar karıştırın ve buzdolabında bekletin. Yapım esnasında şanti torbasına doldurun. Uygun bir baklava tepsisi içine 2 kaşık sıvı yağı sürün. 1 adet baklava yufkasının ortasında pile yapacak şekilde kat oluşturun. Oluşan pilenin üzerine torbadaki kaymağı 2-3 cm kalınlığında çizgi şeklinde sürün. Üzerine Antep fıstığı ilave edip, kalan yağı hafif ılıtılırak bir fırça yardımı ile üzerine hafifçe sürün.
2 Hafif gevşek olarak yufkayı her iki tarafından kapatarak yaklaşık 2.5-3 cm çapında yuvarlak hale getirip, kendi ekseni etrafında kıvırıp daire şekli verin. Diğer yufkaları da aynı şekilde malzemeleri eşit miktarda kullanarak hazırlayın. Üzerlerini kurutmadan kalan yağı yine fırça yardımıyla üzerlerine sürün. Önceden ısıtılmış 180-190 derece fırında, üzerleri kızarana kadar pişirin.
3 Bir tencerede şeker ve suyu kaynatarak hafif bir koyuluk (Kaşıkla son damlası hafif sünecek hale gelince) oluşturup sıcak olarak, kızarmış olan tatlınızın üzerine gezdirin. Şerbetin, tatlının içine çekmesini bekleyip, ılık olarak servis yapın.

SAHRAP SOYSAL ANADOLU LEZZETLERİ İÇİN AYGAZ İLE YOLLARDA

Yemek yazarı ve televizyoncu Sahrap Soysal, Anadolu'nun farklı illerinin geleneksel lezzetlerini ve kültür zenginliklerini tanıtmak için yollara düşüyor. 'Sahrap'la Anadolu Lezzetleri', her pazar Kanal D ekranlarında...


LAHANA KAPAMA


TUTMAÇ ÇORBASI

Sahrap Soysal ve 57 yıldır Türkiye'nin her yerinde mutfaklara konuk olan Aygaz, 'Sahrap'la Anadolu Lezzetleri'nde; Konya'dan Trabzon'a, Edirne'den Mardin'e gidilen şehirlerin tarihi ve kültürel zenginliklerini tanıtıp, o şehre ait üç çeşit yemeği de hanımlarla birlikte pişiriyor. Konya'da eriştesini ve kıkırdağını kendilerinin hazırladıkları 'Tutmaç Çorbası', görüntüsü ve tadı ile farklı bir lezzet olan 'Lahana Kapama', kaymak ve balla servis yapılan 'Höşmerim' tatlısı, Afyon'da 'Kaymaklı Ekmek Kadayıfı', 'Mercimekli Bükme', 'Nohutlu Patlıcan Musakka', Edirne'de 'Soğanlı Kenar Böreği', 'Papaz Yahnisi', 'Tarhana Bulamacı' ve 'Badem Ezmesi' hazırlıyor. Soysal yöreye ait gelenekleri tanıtırken halk oyunlarını da ihmal etmiyor. Afyon'da geleneksel kostümler giyen Sahrap Soysal, Konya'da kaşık havası oynayıp, Edirne'de klarnet sanatçıları ile Trakya havaları söylüyor.



Damağına düşkün olanlar ekran başına

HÖŞMERİM

2-4 KİŞİLİK MALZEMELER
- 2 su bardağı kaymak
- 3 çorba kaşığı tereyağı
- 2 su bardağı un
- 2.5 su bardağı süt

SERVİS İÇİN
- Kaymak
- Bal

Derin bir tencereye kaymak, tereyağı ve unu alıp karıştırarak 25-30 dakika kavurun. Rengi dönen karışıma sıcak sütü ekleyip koyulaşana kadar karıştırıp ocaktan alın. Bal ve kaymakla servis yapın.


Yöresel malzemelerle ve farklı pişirme teknikleri ile birbirinden lezzetli tarifler hazırlayan Sahrap Soysal, seyirciyi ekran başına topluyor.

Denizden sofranıza

Mevsimi geçmeden, sezonu bitmeden sofralarınızda yer açın. İster tavada, ister fırında en güzel balık yemekleri için şimdi doğru zaman.

YAPIM VE STYLING: Lezzet MutfakStudio I FOTOĞRAFLAR: İLKAY ÖZTÜRK
SERVİS TABAKLARI VE AKSESUARLAR: PORLAND, SHUEV

LEVREK SALATA

4 KİŞİLİK

MALZEMELER
- 500 g levrek
- 1 tatlı kaşığı deniz tuzu
- 2 tane karanfil
- 2 su bardağı su

SOSU İÇİN
- 1 kahve fincanı sızma zeytinyağı
- 1 limonun rendelenmiş kabuğu ve suyu
- 1 tatlı kaşığı dijon hardalı
- 1 diş sarımsak (Ezilmiş)
- 3-4 dal dereotu (Kıyılmış)
- 3-4 dal maydanoz (Kıyılmış)
- 2 dal taze fesleğen (Kıyılmış)
- 1 yemek kaşığı dolmalık fıstık (Yağsız olarak kavrulmuş)
- 1 kase semizotu (Çiçek çiçek ayrılmış)

HAZIRLANIŞI

1 Levrek parçalarını tencereye aktarın. Deniz tuzunu, karanfilleri ve içme suyunu ilave edin. Orta ateşte 15 dakika haşlayın. Daha sonra suyunu süzüp irice doğrayın.

2 Sosu için dolmalık fıstık dışındaki malzemeyi bir kasede iyice çırpın. Balık etini ve sosu bir kasede birleştirip servis tabağına aktarın. Üzerine yağsız olarak kavurduğunuz dolmalık fıstıkları serpip servis yapın.



USKUMRU TURŞUSU VE SUMAKLI KIRMIZI SOĞAN SALATASI

4 KİŞİLİK
MALZEMELER
- 3 uskumru
- 1 kahve fincanı üzüm sirkesi
- 1 kahve fincanı Himalaya tuzu
- 1 diş sarımsak (İnce kıyılmış)
- 1 parça taze zencefil (İnce doğranmış)
- 1 dal rezene (İnce doğranmış)

SUMAKLI VE LAHANALI SOĞAN SALATASI İÇİN
- 2 orta boy kırmızı soğan
- 1 tatlı kaşığı sumak
- Yarım demet nane
- 1/4 beyaz lahana
- 4 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 yemek kaşığı sirke

HAZIRLANIŞI

1 Uskumru filetosunu cam bir tabağa sırtı yukarı gelecek şekilde yerleştirin. Üzerine tuzu, sirkeyi, ince kıyılmış sarımsakları, zencefil parçalarını ve rezeneleri serpip, üzerini streçle kapatın. Buzdolabında 3 gün boyunca beklettikten sonra servis yapın.

2 Salata için kırmızı soğanları piyazlık doğrayın. 1 çay kaşığı tuz ilave edip iyice ovun ve fazla suyunu sıkın. Lahanayı da ince ince kıyın. Yaprak yaprak ayrılmış naneleri, sirkeyi, sumağı, zeytinyağını ekleyin. Tüm malzemeyi harmanlayıp servis tabağına alın ve uskumru turşusu ile servis yapın.



KALKAN TAVA VE MAYDANOZ SALATASI

4 KİŞİLİK

MALZEMELER

- 1 kg kalkan balığı (Kalınca dilimlenmiş)
- 1 su bardağı mısır unu
- 1 su bardağı buğday unu
- 1 tatlı kaşığı tuz
- Kızartmak için sıvı yağ

MAYDANOZ SALATASI İÇİN

- 1 demet maydanoz (İrice doğranmış)
- 1 diş sarımsak (İnce doğranmış)
- Yarım demet taze nane (Yaprakları ayrılmış)
- 3 fındık turpu (Dilimlenmiş)
- 1 demet taze soğan (Halka halka doğranmış)

SOSU İÇİN

- 1 tatlı kaşığı sumak
- 3 yemek kaşığı sızma zeytinyağı
- 1 limonun suyu
- 1 yemek kaşığı sirke

HAZIRLANIŞI

1 Unları bir kapta harmanlayın. Balıkları tuza bulayın ve tuzlu haliyle 15 dakika boyunca bekletin. Balıkları önce unlu karışıma bulayın, sonra kızgın yağda her iki tarafını 4'er dakika arayla kızartın. Kağıt havlu üzerine alıp fazla yağının süzülmesini sağlayın.

2 Maydanoz salatası için sumağı, zeytinyağını, limon suyunu ve sirkeyi karıştırıp salatanın sosunu hazırlayın. Yeşillikleri de bir kapta harmanlayın. Sosu yeşilliklere ilave edip iyice karıştırın. Kalkan tava ile birlikte servis yapın.

DİL BALIĞI TAVA VE HAYDARİ

4 KİŞİLİK MALZEMELER
- 4 adet dil balığı
- 1 kase mısır unu
- 1 kapya biber
- 1 yeşil biber
- 1 çay kaşığı pul biber
- 1 çay kaşığı zerdeçal
- 1 limonun rendelenmiş kabuğu
- 2 yumurta
- Tuz
- Kızartmak için sıvı yağ

HAYDARİ İÇİN
- 500 g süzme yoğurt (Çırpılmış)
- Yarım demet taze dereotu (Kıyılmış)
- Yarım demet taze nane (Kıyılmış)
- 3 yemek kaşığı sızma zeytinyağı
- 2 diş sarımsak (Havanda ezilmiş)
- 1 tatlı kaşığı kuru nane
- 30 g süzme peynir (Çatalla ezilmiş)
- Tuz

HAZIRLANIŞI

1 Biberleri çok ince zar şeklinde doğrayıp baharat, tuz ve rendelenmiş limon kabuğu ile birlikte harmanlayın. Mısır ununu da ekleyip harmanlayın. Balıkları sırasıyla önce çırpılmış yumurtaya, sonra baharatlı karışıma, en son unlu karışıma bulayın. Kızgın yağda kızartın.

2 Haydari için zeytinyağı dışındaki tüm malzemeyi karıştırın. Servis tabağına aktarın, üzerine zeytinyağı dökün. Kızarmış dil balıklarının yanında servis yapın.



FIRINDA BOL YEŞİLLİKLİ LEVREK

4 KİŞİLİK

MALZEMELER

- 4 levrek fileto
- 1 yemek kaşığı tereyağı
- 1 demet dereotu (İrice doğranmış)
- 1 demet taze soğan (Doğranmış)
- 200 ml krema
- 1 yemek kaşığı hardal
- 1 yemek kaşığı kapari turşusu
- 1 su bardağı süt
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 yemek kaşığı rendelenmiş muskat
- 1 kahve fincanı sıvı yağ

HAZIRLANIŞI

Fileto balıkları tereyağında önlü arkalı hafifçe kızartın. Kızarttığınız balıkları fırın tepsisine yerleştirin. Kızartmayı yaptığınız tavada sıvı yağı ısıtın. Yeşillikleri, kremayı, hardalı, kapari turşusunu, sütü, tuzu, karabiberi, rendelenmiş Hindistan cevizini ekleyin. Orta ateşte, sürekli karıştırarak 5 dakika boyunca pişirin. Ocaktan alın, balıkların üzerine dökün. 180 dereceye ayarlı fırında, 15 dakika pişirin.

KİNOALI BALIK ÇORBASI

4 KİŞİLİK

MALZEMELER

- 1 kg mezgit (Temizlenmiş)
- 2 büyük boy soğan
- 2 yemek kaşığı sıvı yağ
- 3 orta boy havuç
- 2 orta boy patates
- 1 kereviz
- 1 kereviz sapı
- Tuz
- 1 litre su
- 1 yemek kaşığı kinoa
- 1 yemek kaşığı tereyağı
- 2 limon
- 2 yumurtanın sarısı
- Taze çekilmiş karabiber

SERVİS İÇİN

- 4 dilim verev kesilmiş baton ekmek
- 1 diş sarımsak
- 1 tatlı kaşığı zeytinyağı
- Bir tutam tuz
- 3 yaprak taze fesleğen

HAZIRLANIŞI

1 Soğanı yemeklik, sebzeleri zar şeklinde doğrayın. Sıvı yağı ısıtıp soğanı yumuşayıncaya kadar kavurun. Sebzeleri ve tuzu ekleyin. 5 dakika boyunca kavurun. 1 litre sıcak suyu ve balıkları ekleyin. Orta ateşte 10 dakika pişirin. Balıklar pişince süzgeç yardımı ile suyun içinden alın ve kılçıklarını temizleyerek yemek kaşığına sığacak şekilde parçalara ayırın. Tencerenin içindeki su kaynamaya devam ederken kinoayı ekleyin. Kısık ateşte kinoaları pişirmeye bırakın.

2 Ayrı bir kasede yumurta sarılarını limonla birlikte çırpın. Kaynayan çorbanın suyundan 2 yemek kaşığı kadarını alıp meyaneyi ılıtın. Ilınan meyane karışımını kaynayan çorbanın suyuna yavaş yavaş ekleyin. En son parçalara ayırdığınız balıkları ve tereyağını ekleyin. Birkaç dakika kaynatıp ocaktan alın. Taze çekilmiş karabiber ekleyerek servise hazır hale getirin.

3 Çorbayı servis yapmadan önce 1 diş sarımsağı havanda tuz, taze fesleğen ve zeytinyağı ile birlikte ezin. Ekmeklerin her iki tarafına sürüp ızgarada kızartın. Çorbayı kızarmış ekmekle birlikte sıcak servis yapın.



Kapaklı çorbalık,
PORLAND, ₺ 280



Amazon kırlent, **MUDO CONCEPT, ₺ 39.96**





Alive tutaç, **LİNENS, ₺ 13.00**

Alive önlük, **LİNENS, ₺ 43.00**

BAHARA HAZIRLIK

Baharın gelişini, evinizde çeşitli dekoratif objelere yer vererek kutlayın. Hem ruhunuzu hem de evinizin havasını tazeleyin.

HAZIRLAYAN: BÜŞRA SARI



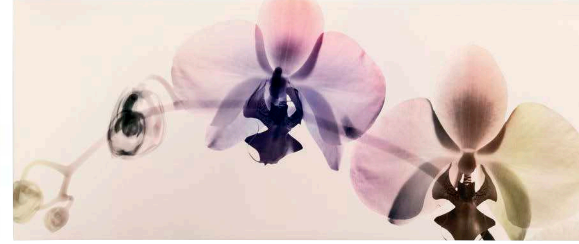
Çiçek desenli masa örtüsü,
ZARA HOME, ₺ 119.95



Çiçekli toprak vazo,
EVMANYA, ₺ 49.99



Çay fincanı ve tabağı, **ZARA HOME, ₺ 49.95**



Orkide resim,
İKEA ₺ 94,99



Eğrelti otu baskılı tepsi,
ZARA HOME, ₺ 35.95



Sandalye kılıfı,
İKEA, ₺ 59



Kek tabağı, **EVMANYA**
₺ 62,99



Amerikan servis,
İKEA, ₺ 5.99



Mimoza duvar kağıdı,
EVMANYA, ₺ 189.99

FİHRİST

Lezzet

YAYINCI
Doğan Burda Dergi Yayıncılık ve Pazarlama A.Ş. Trump Towers Kule 2, Kat: 21-23 34387 Şişli / İSTANBUL
T. 0212 410 33 84 - 86 **F.** 0212 410 33 79

İcra Kurulu Başkanı
CEM M. BAŞAR

Yayın Direktörü
FERHAN KAYA POROY *fkaya@doganburda.com*

Yayın Yönetmeni
VECİHE SÖZERİ (Sorumlu) *vsozeri@doganburda.com*

Yazı Kurulu
HÜLYA ÇAKIR *hcakir@doganburda.com*
BÜŞRA SARI bsari@ *doganburda.com*

Görsel Danışman
OYA PAKER *oyapaker@gmail.com*

Fotoğraflar
SEZER ALÇINKAYA, İLKAY ÖZTÜRK

Katkıda bulunanlar
FEHİRE MISIRLI, CEMİLE KUŞ,
İNCİ BAK, SERAY BAYKAN ÇEÇEN

Ankara Temsilcisi: ERDAL İPEKEŞEN
T. 0312 207 00 71 - 0312 207 00 95

YÖNETİM
Tüzel Kişi Temsilcisi: MEHMET RAUF ATEŞ
Satış Direktörü: MEHMET TAŞKIN
Finans Direktörü: DİDEM KURUCU

Kurumsal İletişim Müdürü: SEREN URUN

REKLAM
Grup Başkanı: NİSA ASLI ERTEN ÇOKÇA
Grup Başkan Yardımcısı: NESLİHAN CAN
Satış Koordinatörü: SEDA ERDOĞAN DAL
Satış Müdürü: İPEK TUNALI

Reklam Teknik:
AYFER KAYGUN BUKA
T. 0212 336 5362
ŞABAN YAZIR
T. 0212 336 5361

ULUSLARARASI REKLAM SATIŞ TEMSİLCİLERİMİZ
İTALYA
MARIOLINA SICLARI *mariolina.siclari@burda-vsg.it*
T. +39 02. 91 32 34 66
ALMANYA
JULIA MUND *Julia.Mund@burda.com*
T. +49 89 92 50 31 97
MICHAEL NEUWIRTHS *michael.neuwirth@burda.com*
T. +49 89 9250 36 29
AVUSTURYA
CHRISTINA BRESLER *Christina.Bresler@burda.com*
T. +43 1 230 60 30 50
İSVİÇRE
GORAN VUKOTA *goran.vukota@burda.com*
T. +41 44 81 02 146

FRANSA / LÜKSEMBURG
MARION BADOLLE-FEICK
marion.badolle-feick@burda.com
T. +33 1 72 71 25 24
İNGİLTERE / İRLANDA
JEANNINE SOELDNER *jeannine.soeldner@burda.com*
T. +44 20 3440 5832
ABD / KANADA / MEKSİKA
SALVATORE ZAMMUTO
salvatore.zammuto@burda.com
T. +1 212 884 48 24

REZERVASYON
T. 0212 336 53 00 - 0212 336 53 57 - 0212 336 53 59
F. 0212 336 53 92 - 0212 336 53 93

Ankara Reklam Bölge Temsilcisi
SEZİNUR BALIKÇIOĞLU
T. 0312 207 00 72 - 73

İzmir Reklam
T. 0232 463 78 30

Hedef Sayfalar (Küçük ilanlar)
T. 0212 336 53 70 - 0212 336 53 91
F. 0212 336 53 91

Bölgeler Reklam Satış Sorumlusu
DİLEK ÜNLÜ *dunlu@doganburda.com*
T. 0212 336 53 72

BASKI
Bilnet Matbaacılık ve Yayıncılık A.Ş.
Dudullu Org. San. Bölgesi 1. Cad. No: 16 Ümraniye-İST
T. 0216 444 44 03
F. 0216 365 99 07-08
www.bilnet.net.tr

DAĞITIM
DOĞAN DAĞITIM SATIŞ PAZARLAMA MATBAACILIK ÖDEME ARACILIK VE TAHSİLAT SİSTEMLERİ A.Ş
T. 0212 449 6363

DB Okur Hizmetleri Hattı
T. 0212 478 0 300 *okurhizmetleri@doganburda.com*

DB Abone Hizmetleri Hattı
T. 0212 478 0 300 - **F.** 0212 410 35 12 - 13

abone@doganburda.com
www.doganburda.com pazar hariç her gün saat 09.00 - 18.00 arasında hizmet verilmektedir.
www.lezzet.com.tr

FIPP üyesidir.

Dergide ve Mutfak Atölyesi ekinde yer alan tüm tarifler Lezzet MutfakStudio'da hazırlanmıştır
Lezzet MutfakStudio - Mecidiyeköy 0212 550 87 99

Altıncı Cadde - Trump Towers
0212 213 13 32

Crate&Barrel - Zorlu Center AVM
0212 353 65 75

Ege Seramik - İzmir
0232 878 17 00

IKEA - Bayrampaşa
0212 444 4 532

Linens - Cevahir AVM
0850 202 01 08

Mudo Concept - İstinye Park
0212 444 68 36

Porland - Cevahir AVM
0212 380 09 46

Shuev - Trump Towers
0212 348 78 40

Zara Home - Kanyon AVM
0212 353 04 44

Zen Ceramics - Beyoğlu
0542 400 77 16

İÇİNDEKİ



SEN

California cevizi tüket; zinde kal, sağlıklı yaşa,
KENDİNİ BUL!



CaliforniaWalnut.com.tr /CaliforniaCevizi /CaliforniaCeviz

0538 600 5401 #Diyetisyenesorun